€ 4
LUGLIO
2018

LA CUCINA ITALIANA

DAL 1929 IL MENSILE DI GASTRONOMIA CON LA CUCINA IN REDAZIONE

SPECIALE SENZA ACCENDERE I FORNELLI: IL MENU FRESCO

Mafalde, polpo, cozze e vongole p. 38

ITINERARIO IN LIGURIA: DOVE E COSA SI MANGIA

APERITIVO IN TERRAZZA CON IL ROSÉ

BENTORNATA ESTATE

RICETTE DI MARE CON LA VACANZA NEL PIATTO

ISSN 1121-1504
IN EDICOLA DAL 20.06.18
P.I. SPA SPED. IN A.P. - AUT. MBPA/LO-NO/062/A.P./2018 - ART.1 COMMA 1 - LO/MI - AUSTRIA € 9,50 - BELGIO € 9,00 - FRANCIA € 7,90 - GERMANIA € 11,50 - LUX € 8,00 - SPAGNA € 7,50 - SVEZIA SEK 99,00 - CANTON TICINO CHF 11,40 - SVIZZERA CHF 12,00 - U.K. GBP 8,25

40%
Energia rinnovabile

Dai che manca poco!

Questa è una dichiarazione d'amore ufficiale: adoro l'aperitivo. Quel momento in cui, stanca dalla giornata, ti trovi davanti un bicchiere di bianco freddissimo oppure uno spritz o ancora un cocktail (anche se personalmente sono per vini fermi e bollicine). Ricordo una spiaggia di molti anni fa, in Costa Azzurra, una bottiglia di rosé comprata insieme con degli amici. Arrivò in un secchiello che sudava brividi, accompagnato da tanti bei bicchieri. Eravamo studenti e dividemmo quella bottiglia in tanti (troppi) quindi bevemmo ben poco: meglio così. Oggi ho voluto portare quella sensazione nel servizio dedicato ai rosé di questo numero, anche perché l'Italia è diventata una straordinaria produttrice del vino che sarà la grande tendenza dell'estate 2018. Magari da bere in piscina, in terrazza, quando la città comincia a svuotarsi e i rumori urbani si diluiscono sempre di più fino ad arrivare ad agosto e alle tanto sospirate vacanze. Ma quell'attimo è già una piccola evasione, una mini fuga. Un altro «momento di villeggiatura» è la pizza dolce con la frutta che si è inventata Joëlle, la nostra meravigliosa cuoca. Ha addolcito un poco la pasta, al posto del pomodoro ha messo una crema di lamponi o more, detta anche coulis, e ha aggiunto frutta a volontà, menta, altre erbe aromatiche, volendo la ricotta. L'abbiamo fotografata nelle differenti versioni nel parco di fronte alla redazione, il contesto ideale per un picnic, magari con la famiglia, magari portandoci dietro un frisbee o un pallone. Pochi giorni alla partenza... Dai che manca poco!

Maddalena Fossati Dondero
mfossati@lacucinaitaliana.it
instagram.com/maddafox

sommario

2 **Editoriale**
7 **Notizie di cibo** Indirizzi, aperture, oggetti e novità per amanti della buona tavola
12 **Botteghe** Un bonbon per il re. La pasticceria Scaturchio di Napoli
14 **Italians** Coccoliamoci. L'acqua di cocco Junoon
16 **Artigiani** Un amore di mandorla. L'azienda Donna Francesca in Puglia
17 **Belle maniere** Bambini al ristorante: intesa amichevole
18 **Goloso chi legge** Bistrot di carta
20 **Classici regionali** Quattro ricette dall'Abruzzo
26 **Il ristorante** Una tavola sui tetti di Roma. L'Imàgo di Francesco Apreda
28 **La lettrice in redazione** È petto di pollo?
30 **Storie di famiglia** Un concentrato di idee. Mutti

Il Ricettario

Tanti piatti di mare e idee fresche con verdura e frutta
34 **Antipasti**
37 **Primi**
42 **Pesci**
46 **Verdure**
50 **Carni e uova**
54 **Dolci**

FOTOGRAFIE **R. LETTIERI, G. BRETZEL, R. HOLDEN**

87

68

La filosofia che ci guida dal 1929

Ogni piatto nasce dalla nostra cucina in redazione, una cucina di casa proprio come la vostra. Un cuoco lo pensa e lo realizza, e un redattore ne segue tutti i passaggi, per raccontarvi nel dettaglio che cosa dovrete fare per replicarlo. E dopo averlo fotografato lo assaggiamo e verifichiamo che sia all'altezza delle vostre aspettative.

facebook.com/LaCucinaItaliana
instagram.com/lacucinaitaliana
twitter.com/Cucina_Italiana

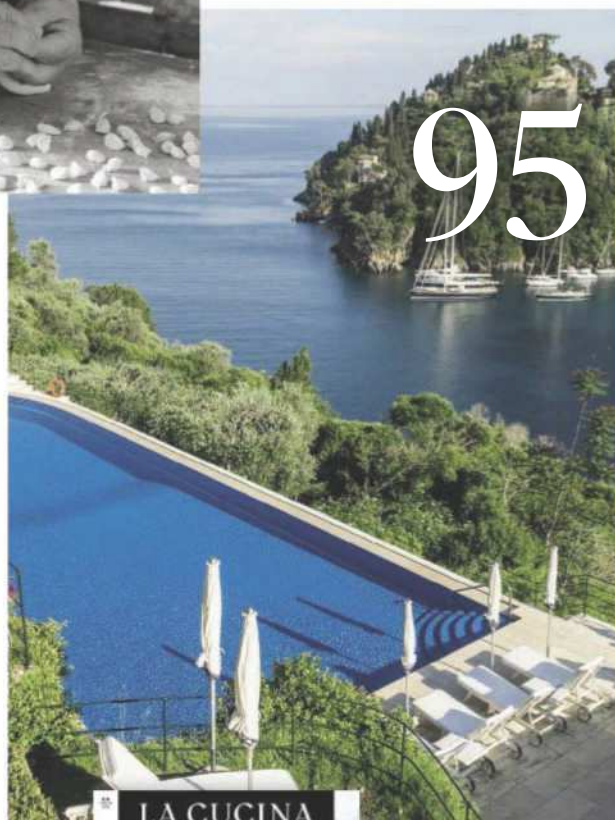
95

57 **Carta degli abbinamenti**
58 **Consigli per la spesa**
60 **Dispensa dei prodotti**

62 **Nel bicchiere**
Rosé a bordo piscina
68 **Le ricette delle nonne**
L'affetto è fatto a mano
70 **Con quel che c'è**
Davanti alla Tv

Speciale Senza Fuoco

74 **Stiamo freschi**
83 **A mente fredda**

84 **Vita da cuoco**
Il signore del pesce. Moreno Cedroni
86 **Merenda all'aria aperta**
Com'è dolce questa pizza

92 **Cosa si mangia in Liguria**
Portate il cuore a Portofino
100 **Cucina veloce**
Seduti insieme agli ospiti
104 **Cosa si mangia in Austria**
Vienna la buona

La Scuola

Per scoprire novità e tendenze e imparare tecniche e segreti

113 **L'oggetto misterioso**
114 **A lezione dai nostri cuochi**
Giovedì, gnocchi!
115 **Fatto in casa**
Frutta da brivido
116 **L'ABC**
La bistecca
117 **Principianti in libertà**
Pasta di mare

Guide

118 **Indirizzi**
119 **Indice dello chef**
119 **Misure**
120 **Menu**

IN COPERTINA
Mafalde, polpo, cozze e vongole (pag. 38), ricetta di Giovanni Traversone, foto di Riccardo Lettieri

VI ASPETTIAMO IN EDICOLA OGNI MESE

Per scrivere alla redazione:
cucina@lacucinaitaliana.it
oppure La Cucina Italiana,
Piazza Castello 27, 20121 Milano.
Tel. 0285611

SIAMO ANCHE IN DIGITALE

Potete acquistare la copia singola o l'abbonamento in edizione digitale sulla App LA CUCINA ITALIANA disponibile su Apple Store e Google Play.

PER ABBONARSI

www.abbonamenti.it/r10377
oppure chiamate il 199 133 199

(Il costo della telefonata per apparecchi fissi da tutta Italia è di 11,88 centesimi di euro al minuto + iva senza scatto alla risposta. Da cellulare i costi sono legati all'operatore utilizzato).

IL SITO

Scoprite i video e i contenuti aggiuntivi de La Cucina Italiana e cercate la vostra ricetta preferita tra le tantissime che pubblichiamo ogni giorno su
lacucinaitaliana.it

I SOCIAL

Seguiteci su
facebook.com/LaCucinaItaliana
instagram.com/LaCucinaItaliana
twitter.com/Cucina_Italiana

LA CUCINA ITALIANA
LA SCUOLA

Si trova a Milano in via San Nicolao 7 (angolo piazza Cadorna). Non perdetevi i nostri corsi di cucina e di pasticceria, per principianti ed esperti. E scoprite i nostri team building culinari dedicati alle aziende. Vi aspettiamo!
Direttore: Giorgio Garau

scuola.lacucinaitaliana.it

LA CUCINA ITALIANA

QUALITY IS OUR BUSINESS PLAN

Ci accontentiamo semplicemente del meglio e creiamo i migliori prodotti editoriali. Per questo abbiamo La Cucina Italiana, da quasi 90 anni la guida più autorevole nel mondo del gusto e della tradizione italiana, AD, che da oltre 30 anni racconta le più belle case del mondo, e Traveller, viaggi straordinari accompagnati da eccezionali reportage fotografici per viaggiare comodamente dalla poltrona di casa. Tradotto in una parola, Qualità. In due parole, Condé Nast.

N. 07 - Luglio 2018 - **Anno 89°**

Direttore Responsabile
MADDALENA FOSSATI DONDERO

Art Director
BRENDAN ALLTHORPE
Caporedattore
MARIA VITTORIA DALLA CIA
Web Editor
SABINA MONTEVERGINE
Contributing Editor
FIAMMETTA FADDA

Redazione
LAURA FORTI (redattore esperto) - lforti@lacucinaitaliana.it
ANGELA ODONE - aodone@lacucinaitaliana.it
SARA TIENI - stieni@lacucinaitaliana.it
RICCARDO ANGIOLANI (redazione testi web) - rangiolani@condenast.it
Ufficio grafico
RITA ORLANDI (capo ufficio grafico)
FRANCESCA SAMADEN
Photo Editor
ELENA VILLA
Cucina sperimentale
JOËLLE NÉDERLANTS
Styling
BEATRICE PRADA (consultant)
Segreteria di Redazione
VIRGINIA RIZZO - cucina@lacucinaitaliana.it

Cuochi
BRENDAN ALLTHORPE, DAVIDE BROVELLI, CESARE GASPARRI, JOËLLE NÉDERLANTS, SAURO RICCI, ELIO SIRONI, GIOVANNI TRAVERSONE
Hanno collaborato
CECILIA CARMANA, FEDERICO DE CESARE VIOLA, SARA MAGRO, ELEONORA PLATANIA, STUDIO DIWA (REVISIONE TESTI), VALENTINA VERCELLI
Per le immagini
AG. 123RF, ALBERTO BLASETTI, GIACOMO BRETZEL, MATTEO CARASSALE, LORENZO CICCONI MASSI, FRANCESCO CONFALONE, ANDREA DI LORENZO, CARLO GUTTADAURO, ROBERT HOLDEN, RICCARDO LETTIERI, MAX & DOUGLAS, PIERANGELO PERTILE, GIANNI RIZZOTTI, JACOPO SALVI

Direttore Editoriale e Comunicazione Corporate LUCA DINI

Direttore Generale Sales & Mktg FRANCESCA AIROLDI
Sales & Marketing Advisor ROMANO RUOSI

Advertising Manager FEDERICA METTICA
Responsabile Content Experience Unit VALENTINA DI FRANCO. **Responsabile Digital Content Unit** SILVIA CAVALLI

Digital Sales: CARLO CARRETTONI Direttore. **Moda e Oggetti Personali:** MATTIA MONDANI Direttore
Beauty: MARCO RAVASI Direttore. **Grandi Mercati:** MICHELA ERCOLINI Direttore. **Arredo:** CARLO CLERICI Direttore
Triveneto, Emila Romagna, Marche: LORIS VARO Area Manager
Toscana, Umbria, Lazio e Sud Italia: ANTONELLA BASILE Area Manager
Mercati Esteri: MATTIA MONDANI Direttore
Uffici Pubblicità Estero - Parigi/Londra: ANGELA NEUMANN
New York: ALESSANDRO CREMONA. **Barcellona:** SILVIA FAURÒ. **Monaco:** FILIPPO LAMI

EDIZIONI CONDÉ NAST S.p.A.

Presidente GIAMPAOLO GRANDI
Amministratore Delegato FEDELE USAI
Direttore Generale DOMENICO NOCCO

Vice Presidente GIUSEPPE MONDANI. **Direttore Centrale Digital** MARCO FORMENTO
Direttore Circulation ALBERTO CAVARA. **Direttore Produzione** BRUNO MORONA
Direttore Risorse Umane CRISTINA LIPPI. **Direttore Amministrazione e Controllo di Gestione** LUCA ROLDI
Branded Content Director RAFFAELLA BUDA. **Digital Marketing** Manuela Muzza. **Social Media** ROBERTA CIANETTI
Digital Product Director PIETRO TURI. **Head of Digital Video** RACHELE WILLIG
Digital CTO MARCO VIGANÒ. **Enterprise CTO** AURELIO FERRARI
Digital Operations e Content Commerce Director ROBERTO ALBANI

Sede: 20123 **Milano**, piazzale Luigi Cadorna 5 - tel. 0285611 - fax 028055716. **Padova**, via degli Zabarella 113, tel. 0498455777 - fax 0498455700. **Bologna**, via Carlo Farini 13, Palazzo Zambeccari, tel. 0512750147 - fax 051222099. **Roma**, via C. Monteverdi 20, tel. 0684046415 - fax 068079249. **Parigi/Londra**, 3 Avenue Hoche 75008 Paris - tel. 00331-53436975. **New York**, Spring Place 6, St Johns Lane - New York NY 10013 - tel. 2123808236. **Barcellona**, Passeig de Gràcia 8/10, 3° 1a - 08007 Barcelona tel. 0034932160161 - fax 0034933427041. **Monaco di Baviera**, Eierwiese 5b - 82031 Grünwald - Deutschland - tel. 0049-89-21578970 - fax 0049-89-21578973.

LA GRANDE
CUCINA
A CASA TUA
Con l'oliera in acciaio inox, uno dei tanti utensili GrandChef, la più ampia linea di accessori, pentolame, macinini, tessili e coltelli che tu possa desiderare per attrezzare la tua cucina come quella di un ristorante stellato. Dal look professionale, è perfetta per conservare l'olio senza che si alteri. Grazie alla sua forma e al beccuccio integrato, ti aiuta a dosare proprio la giusta quantità di olio sia quando cucini, sia quando condisci.
oliera
GRANDCHEF
art. 428620
tescoma.
www.tescoma.it
800777546
la passione in cucina.

notizie *di cibo*

1

2

Poche ma buone

Nel 2017 abbiamo prodotto circa 1.360.000 tonnellate di **pesche**, una quantità talmente abbondante da superare la domanda. Ma quest'anno saremo più misurati e, come è emerso dal confronto con Spagna e Grecia, i maggiori produttori europei, l'impegno sarà tutto rivolto alla qualità, e al miglioramento del sapore e della consistenza dei frutti. Nella foto, quattro tipi di pesca: **(1)** bianca e **(4)** gialla, con buccia lanuginosa e pasta cedevole, **(2)** noce o nettarina, con pelle liscia e polpa compatta gialla o bianca, **(3)** tabacchiera, piatta, con pasta tenera bianca, dolcissima. Le migliori sono quelle medio-tardive, che maturano tra luglio e settembre. Sceglietele bio, lavatele bene e non sbucciatele: la pelle è molto ricca di sostanze antiossidanti, fibra (pectina), i vitamine A e C e sali minerali.

3

4

FOTO **MATTEO CARASSALE**, STYLING **CECILIA CARMANA**

Talento d'Oriente

La *S.Pellegrino Young Chef* è una competizione internazionale creata dal Gruppo **Sanpellegrino** per selezionare e premiare i migliori talenti emergenti della ristorazione mondiale. Il vincitore dell'edizione 2018, la terza, è Yasuhiro Fujio, trentenne giapponese, sous chef del ristorante La Cime di Osaka. Accompagnato come tutti i concorrenti da un mentore (per lui Luca Fantin, chef del ristorante Ginza Tower, unico stellato italiano a Tokyo), Fujio ha vinto con Across the sea, piatto a base di ayu, un pesce dei mari dell'Estremo Oriente, molto ricercato per il suo sapore che ricorda il cetriolo. *sanpellegrino.com*

Con il suo piatto Across the sea lo chef Fujio propone una sintesi dell'estetica e della cultura del Giappone

Uno stecco alla moda

Magnum, l'iconico gelato ricoperto di cioccolato, per la campagna *Prendi il piacere seriamente*, lancia con Bella Hadid la cooler bag in pelle in edizione limitata, creata con lo stilista Alexander Wang. *magnumicecream.com*

«Due cose in questo mondo mertano il primo onore: il sorbetto gelato e il caldo amore»

— *Carlo Goldoni* —

PIÙ VERSATILE DI COSÌ – LA PENTOLA *PANBOO* DI **GUZZINI**, IN CARBONIO, È ANTIADERENTE, VA BENE IN FORNO, SUL GAS, SULL'INDUZIONE, AL MICROONDE; VA IN LAVASTOVIGLIE ED È MINIMAL CHIC. *panboo.it*

Eleganza torinese

La vite, il rivetto, la staffa e il motivo a occhio di pernice, fin dal 1910, sono i simboli di **Borbonese**, la storica azienda di borse del capoluogo piemontese. Da quest'anno si trovano anche su tessuti, piatti, bicchieri e accessori per la tavola. *borbonese.com*

Ritorno alla carta

Con la nuova *Instax Square SQ6* di **Fujifilm** si possono scattare e stampare istantanee di qualità in formato quadrato. E per le foto dei vostri piatti, perfetta la nuova carta fotografica con il bordo nero, che esalta i colori del cibo. Una risposta vintage (e concreta) alla supremazia del digitale. *fujifilm.com*

Novità a Pavia

La consulenza di Andrea Ribaldone, chef stellato oggi all'Osteria Arborina, nelle Langhe, dà nuovo lustro alla proposta gastronomica del **Ristorante Lino**, elegante bar-bistrò nel cuore di Pavia: in cucina Marco Mannori, fidato collaboratore di Ribaldone, con piatti all'altezza del locale, accogliente e curato. *ristorantelino.com*

FOTOGRAFIA **GIANNI RIZZOTTI**

La mia vita con un cuoco

E, intendiamoci, non uno qualsiasi... Abbiamo chiesto com'è a Rosa Fanti in Cracco

Braccio destro di Carlo da più di otto anni nella gestione delle attività, solare, sorridente e decisa, risponde alle nostre domande tra un impegno e l'altro. Ridendosela un po'.

Iniziamo dagli orari, per tutti un gioco di incastri. È così anche per voi?
Carlo non rientra prima delle due di notte, ma condividiamo sempre con i bambini il momento della colazione (con le torte e le brioche che vengono dal laboratorio del ristorante in Galleria) e quello della cena, puntuale alle18.30.

Chi cucina a casa?
Rigorosamente lui. Non si fida di me, e fa bene perché sono una vera frana. Giro alla larga dai fornelli.

C'è un piatto che amate entrambi?
Siamo ghiotti di pasta, anche condita in modo semplice. Magari con un bel pizzico di peperoncino.

C'è, invece, una ricetta di tuo marito che non ti piace?
Rognone con le ostriche. Un piatto provocatorio, decisamente estremo.

Cosa non manca mai a casa vostra?
Il salame. Pane e salame, e si risolvono le emergenze.

Cosa hai imparato da lui?
Non ho imparato a cucinare, ma ho imparato a mangiare. A distinguere la qualità dei prodotti e la cura che c'è nella preparazione di una ricetta.

E lui da te?
Forse a fare le cose più velocemente, a essere più sintetico, ad adattarsi ai ritmi della famiglia.

Cucina lui, ma chi lava i piatti?
Io! È il mio momento di relax. A. ODONE

Festeggiar viaggiando

È partita da Milano la seconda edizione di *Aria di San Daniele*, un tour che attraversa l'Italia con un carico preziosissimo: il prosciutto di **San Daniele Dop**. La festa proseguirà a luglio a Firenze e Jesolo, ad agosto a Gallipoli, a settembre a Torino. A ottobre approderà a Bari e si concluderà a dicembre a Napoli, Corvara e Cortina. Il calendario dettagliato su *ariadisandaniele.it*

L'energia della Biennale 2018

Si intitola *Freespace* la 16ª Mostra Internazionale di Architettura di Venezia e il risparmio energetico è uno dei temi forti. In questo contesto si inserisce la collaborazione con **Edison** per gestire nel migliore dei modi le risorse e per ridurre l'impatto ambientale. A disposizione dei visitatori numerose «postazioni smart» con punti di ricarica e wifi gratuiti. *edison.it*

ETICHE, FRESCHE, DOLCI ACQUE

COMPIE 10 ANNI LA *BIO BOTTLE* DI **SANT'ANNA**. IN PLASTICA TOTALMENTE BIODEGRADABILE, COSÌ I NOSTRI MARI SARANNO UN PO' PIÙ PULITI. *santanna.it*

Cinema e forchette

Nelle bocciofile torinesi l'associazione culturale **Les Petites Madeleines** presenta la IV edizione di *Cinema di buon gusto*: proiezioni «gastronomiche» all'aperto e cene a tema, con prodotti locali. Due gli appuntamenti per il mese di luglio, protagonisti il Vietnam (7 luglio) e gli Usa (14 luglio). *lespetitesmadeleines.com*

BEVANDE SUL PODIO

I ricercatori di IRi hanno stilato una classifica dei prodotti più venduti nella grande distribuzione: a sorpresa, i primi tre sono tutti in bottiglia. Medaglia d'oro

alla bottiglia da 66 cl di **Birra Moretti**, ricetta originale: una «bionda» Lager a bassa fermentazione, dal gusto leggermente amaro (*birramoretti.it*). Secondo gradino del podio per **Coca-Cola**, anch'essa

versione originale, in confezione 2 bottiglie da 150 cl (*coca-cola.it*). Sul terzo gradino il latte Zymil di **Parmalat**, senza lattosio, a lunga conservazione e parzialmente scremato (*parmalat.it*).

FOTOGRAFIA **PIERANGELO PERTILE**

GOURMET IN SELLA – PREFERITE UN WEEKEND A CACCIA DI BUFALE IN CAMPANIA O UNA ROMANTICA DEGUSTAZIONE DI PASSITO A PANTELLERIA? SONO TUTTI DA ASSAGGIARE GLI ITINERARI PENSATI DA **VESPA** E *LA CUCINA ITALIANA*. SU *VESPA.COM*

Ispirati dalla frutta

L'azienda francese **Valrhona** ha presentato una nuova gamma di cioccolato per copertura colorato e aromatizzato alla frutta. Si chiama *Inspiration* e in Italia, per ora, è disponibile nei gusti fragola e mandorla. Professionisti e appassionati stiano all'erta perché in Francia sono già in commercio anche le versioni al frutto della passione, allo yuzu e al lampone. *inter.valrhona.com/it*

Il sapore è un'emozione

Un nome e una formula per un nuovo gusto, il sesto: lo ha identificato **Amaro Ramazzotti**, nella sua nuova guida alle 20 migliori sagre italiane del 2018. Si chiama Ausano (in onore del fondatore di Ramazzotti) e la sua formula è A=RM²+ZT, cioè Ausano uguale Ricordo e Momento alla seconda, più Zona e Tradizione. Un modo inusuale per esprimere un'esperienza sensoriale che va oltre il sapore, pescando nella memoria e nel territorio. *ramazzotti1815.com*

Mangia, gioca, vinci

Fino al 30 settembre, acquistando un prodotto della linea **Cucina Disney** e conservando lo scontrino si potrà partecipare all'estrazione di tanti premi. I più ambiti? Cinque corsi presso *La Scuola de La Cucina Italiana* per un adulto e un bambino in compagnia dei personaggi Disney più amati. *divertiamociincucina.it*

Meglio liscio

È così che Lorena Vásquez, la Maestra Mezcladora che ha creato **Zacapa** Royal, consiglia di bere questo rum extra lusso, affinato in botti di rovere francese. Chiodi di garofano, cioccolato, frutta secca, noce moscata, vaniglia e caramello sono gli aromi che si sprigionano nel bicchiere quando si degusta. Da sorseggiare con calma, anche durante una cena speciale. *zacaparum.com*

La pasticceria in piazza San Domenico Maggiore e un «ministeriale», cioccolatino ripieno al liquore.

UN BONBON PER IL RE

Da quasi un secolo, a Napoli, la storica pasticceria Scaturchio sforna sfogliatelle, babà, pastiere. E dolcetti al cioccolato. Implicati in un affare di stato

Se con il vostro caffè, da Scaturchio, chiedete un «ministeriale», il cioccolatino qui sopra, ve lo servono con un tovagliolino rotondo stampato con l'antico logo della pasticceria. Lo vedete al contrario? Avete ragione, ma non abbiamo sbagliato noi a impaginare la foto, né abbiamo trascurato di voltarlo.

Il foglietto era stato ideato per far sì che, tenendo in mano il dolce, si potesse leggere la scritta «Fratelli Scaturchio». Purtroppo fu stampato al contrario, per errore; e non fu mai corretto, per scaramanzia. È, questo, un esempio di profonda napoletanità, ed è solo una delle tante storie che, mangiando pasticcini, si possono scoprire qui. Ci troviamo in piazza San Domenico Maggiore, una delle più importanti di Napoli, dove nel 1919 Giovanni Scaturchio aprì la sua pasticceria, divenuta presto un punto di riferimento per la città. Arrivava dalla Calabria come i fratelli Pasquale e Francesco che, con la sorella Rosa, avevano avviato prima di lui altri punti vendita. Ma fu Giovanni, il più giovane, ad avere un successo travolgente, anche perché era tornato dalla guerra con una moglie austroungarica, che aveva portato in dote un tocco in più nello stile dei dolci.

Il «ministeriale», però, fu ideato dal fratello Francesco: innamorato di una diva dell'epoca, creò per lei un guscio di cioccolato fondente ripieno di una crema di latte, ricotta e gianduia, resa durevole da una miscela di cinque liquori, ancora oggi segreta. Visto il gradimento riscosso dal cioccolatino, Scaturchio chiese al re Vittorio Emanuele III di inserirlo tra i dolci di corte, e iniziò un interminabile iter burocratico, un vero «affare ministeriale»! Molti altri sono i dolci **brevettati** da Scaturchio e dai suoi eredi (come il Babà Vesuvio, inventato dal nipote del fondatore per i potenti del G7). Tutti vengono realizzati quasi interamente a mano nel laboratorio che si trova due vicoli dietro al negozio.

Oggi la pasticceria è gestita da un'altra famiglia napoletana, che sta investendo nel restauro della sede storica e in nuove aperture, impegnandosi a mantenere intatto il prestigio di Scaturchio: anche i nuovi proprietari, come tutti i napoletani, sono affascinati da questo tempio della pasticceria e dalla sua lunga tradizione. Al punto che, nel laboratorio, lavorano ancora gli stessi dipendenti dell'antica gestione, alcuni discendenti dei primi arrivati con il fondatore. Perché, si racconta, sono molte le famiglie nate tra sfogliatelle e babà, tra pasticcieri e signorine delle confezioni... LAURA FORTI

FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI

COCCOLIAMOCI

Produrre una bevanda 100% naturale e sostenibile: la scommessa di un giovane imprenditore che ha puntato sulle noci di cocco thailandesi e sulla loro pregiata acqua

«Volevo portare in Italia un'acqua di cocco bio, naturale al 100%, fresca e buona come quella che si beve dalle noci». Pierfrancesco Zanchi, classe 1982, di sfide se ne intende. Ex pilota di rally e ora maratoneta, è uno che per seguire le proprie passioni è disposto ad affrontare ogni ostacolo. L'avventura che ha portato alla creazione di Junoon, la prima acqua di cocco cruda, appena arrivata in Italia, è partita da una scintilla scoccata nel 2015: «A Expo, sono rimasto colpito dal Padiglione Zero, quello che per me esprimeva pienamente il rapporto tra cibo e sostenibilità, un tema che mi ha sempre affascinato. Ho cominciato le ricerche sulle diverse varietà di cocco, e ho individuato nella thailandese Nam-Hom quella più pregiata, sia riguardo ai nutrienti sia in termini di gusto: è un frutto giovane, verde, non ancora maturo. La sua acqua ha un sapore dolce con una gradevole nota tostata, ed è **ricca in antiossidanti** e polifenoli».

Seguendo il filo della sostenibilità Zanchi è andato in Thailandia per incontrare i contadini ed entrare in contatto con la filiera. «Ho verificato che la coltivazione biologica e la produzione fossero come desideravo, così, rientrato in Italia, mi sono messo al lavoro sul progetto». Tra i primi passi, la scelta del nome: «Junoon deriva da Giunone, dea protettrice della nascita e della rinascita. Un nome che in lingua asiatica ha anche il significato di passione».

Il risultato è un prodotto unico. «L'acqua di cocco lavorata a freddo mantiene intatte le proprietà ed è priva di zuccheri aggiunti, additivi, coloranti e conservanti: come mi piace dire, nulla viene aggiunto e nulla viene tolto». Junoon si trova nei negozi di specialità bio, nelle farmacie e nelle erboristerie. Il colore varia dal trasparente al rosa, ha poche calorie – 28 kcal per 100 ml –, zero grassi e un contenuto di potassio notevole: una bottiglietta da 235 ml ne contiene il doppio di una banana. ELEONORA PLATANIA

Le piantagioni di noci di cocco della varietà Nam-Hom in Thailandia. Pierfrancesco Zanchi, fondatore di Junoon, la prima acqua di cocco «raw» disponibile in Italia. Indicata dopo lo sport o per reidratarsi nei mesi caldi, si può usare anche come base di deliziosi mix con succhi di altri frutti.

Ingredienti
per 12 persone
· 1 confezione da 397 g de
IL LATTE CONDENSATO NESTLÉ
· 250 g di fragole
· 500 ml di panna liquida fresca
DIFFICOLTÀ
TEMPO
Gelato alla fragola
Tagliate le fragole a pezzetti, mettetele in un mixer assieme a Il Latte Condensato Nestlé e frullate fino ad ottenere un composto omogeneo.
A parte, con l'aiuto della frusta elettrica montate la panna. Incorporate alla panna il composto precedentemente preparato, mescolando con una spatola dal basso verso l'alto per non smontare il tutto.
Versate il composto in uno stampo e lasciate raffreddare in freezer per almeno 6 ore.
SCOPRI LA VIDEORICETTA SU BUONALAVITA.IT
@IlLatteCondensato
Nestlé
il latte condensato
Solo Latte e Zucchero
L'ingrediente cremoso per i tuoi dolci
Quest'estate
stupisci tutti preparando
un fresco e cremoso gelato
senza usare la gelatiera!
Nestlé
il latte condensato
Dal 1893 solo latte e zucchero, due semplici ingredienti perfettamente combinati per ottenere un prodotto dal gusto unico. Grazie alla sua cremosità e versatilità è l'alleato perfetto per preparare i tuoi dolci in modo facile e veloce. SUCCESSO ASSICURATO CON IL LATTE CONDENSATO!

UN AMORE DI MANDORLA

In Puglia è rinata una coltura millenaria e pregiata. Grazie all'intuizione di una donna che ha avuto il coraggio di andare controcorrente

Se ogni storia è una storia d'amore, quella dell'azienda Donna Francesca ne ha tutti gli ingredienti: passione, dedizione, rispetto del territorio. Siamo a Mariotto, in provincia di Bari. Nel secondo dopoguerra, Francesca Dellorusso, donna illuminata e visionaria, inizia un percorso nel mondo «maschile» dell'agricoltura che lei affronta da protagonista, scendendo nei campi con il compagno di una vita, Michele Dellorusso, per partecipare attivamente e intellettualmente alla gestione dell'azienda.

A metà degli anni Ottanta, Francesca ha un'idea tanto geniale quanto controcorrente: destinare parte degli uliveti alla coltivazione della mandorla, la varietà Filippo Cea. Una scelta che ha portato alla creazione di uno tra i più pregiati mandorleti in terra di Puglia, oggi parte dell'azienda agricola Donna Francesca, fiore all'occhiello dell'artigianalità gourmand che nel 2002 vede l'ingresso della nipote che porta lo stesso nome, Francesca Dellorusso. Trentasette anni e una laurea in Economia e commercio, dalla nonna ha ereditato passione e intraprendenza: «I miei nonni hanno avviato una piccola grande rivoluzione: in un'epoca in cui tutti spiantavano mandorli per coltivare ulivi, loro hanno fatto il contrario. Le caratteristiche del terreno e le condizioni climatiche di questa zona conferiscono alla mandorla Filippo Cea qualità particolari: un alto contenuto di olio, di sali minerali, di vitamina E, e note gustative intense e avvolgenti».

Cinque anni fa Francesca ha poi avviato la trasformazione dei frutti: «Ho creato un opificio, un laboratorio dove la materia prima viene lavorata nel massimo rispetto dell'**artigianalità** e venduta con il marchio Donna Francesca. Ho continuato l'attività di mia nonna cercando di dare un valore aggiunto al suo sforzo e garantendo una forte presenza femminile in azienda. Le nostre mandorle – sgusciate a piccoli lotti per essere conservate al meglio – vengono pelate a mano e per questo rimangono bianche e non si sfarinano. Le facciamo anche pralinate, coperte da una crosticina di zucchero croccante, e tostate con olio extravergine e sale marino».

Oltre alle mandorle l'azienda, gestita da Francesca con il compagno Piero Palmieri, responsabile della parte commerciale e del marketing, produce altre eccellenze tra cui il cotto di fichi: «Può essere usato in alternativa all'aceto balsamico, per esempio sul gelato alla vaniglia, con i formaggi stagionati o la ricotta fresca. Un'idea? Spennellate il pollo con cotto di fichi e granella di mandorle tostata, un mix che conferisce una laccatura deliziosa». Sarà amore al primo assaggio? Noi scommettiamo di sì. ELEONORA PLATANIA

L'azienda Donna Francesca si può visitare. Comprende anche una masseria in pietra di fine Ottocento. *donnafrancesca.it*

FOTORGAFIE FRANCESCO CONFALONE

BAMBINI AL RISTORANTE: INTESA AMICHEVOLE

È la soluzione cui aspirano insieme genitori e ristoratori. Qualche idea per raggiungerla

di FIAMMETTA FADDA

«Little horrors». La scritta campeggiava sui vetri di una sorta di scatola-kinderheim all'ingresso di Biba a Londra, dove i pargoli venivano parcheggiati mentre le mamme facevano un giro esplorativo nel negozio-culto della moda hippie anni Sessanta. Erano mamme trasgressive, quasi incidentali, tese verso nuove conquiste, che spiritosamente riconoscevano nei figli dei «piccoli orrori» urlanti.

«Amore» è invece l'appellativo con cui le mamme del secondo millennio apostrofano i propri bambini (attribuito imparzialmente anche al cane, al marito, al fidanzato, alla colf) e, concordano gli psicologi, esprime un'ossessione gelosa e protettiva. Lontana dallo sguardo obiettivo e formativo che un genitore dovrebbe possedere.

La faccenda diventa critica al ristorante, dove esplodono le reciproche intolleranze in un triangolo che ha per vertici i clienti (che vogliono mangiare in pace), il ristoratore (che non sa come destreggiarsi) e i genitori (innamorati del pargolo).

Diciamolo una volta per tutte: il problema non sono i bambini, sono il padre, la madre, le zie, le nonne, insomma le persone a cui fa capo la loro educazione. E qui si apre una voragine. Ma qualche consiglio ai naviganti c'è.

I GENITORI

• Specificate SEMPRE all'atto della prenotazione se avete bambini e di che età. Questo permette al ristoratore intelligente di prevedere il tavolo più adatto. Lontano dalla coppia innamorata, in un angolo comodo per i passeggini o vicino a un po' di verde dove evadere.

• Prima di uscire fate fare al bambino un pre-pranzo sostanzioso. Così non arriverà affamato e sarà poi libero di mangiare quello che vuole (di solito patatine e dolce).

• Abbreviate i tempi morti esaminando il menu e ordinando PRIMA di sedervi a tavola TUTTE le portate. Nel frattempo fate due passi e ripresentatevi quando è pronto (il che corrisponde a sorseggiare un aperitivo al bar intanto che l'ordinazione procede).

• Se l'età è giusta promettete di premiare il buon comportamento con una mancetta.

• Ebbene, sì. L'iPad aiuta. È addirittura indispensabile se i genitori intendono affrontare un menu degustazione. Comunque, dato che ormai ce ne sono di varie taglie, scegliete la più ragionevole (basta un'ora e mezza per quattro piatti di livello eccelso).

• Fateli sentire grandi incoraggiando la scelta dalla carta degli adulti. All'Evian Royal Ermitage la Baby Carte comprende anche un Bellini per bambini.

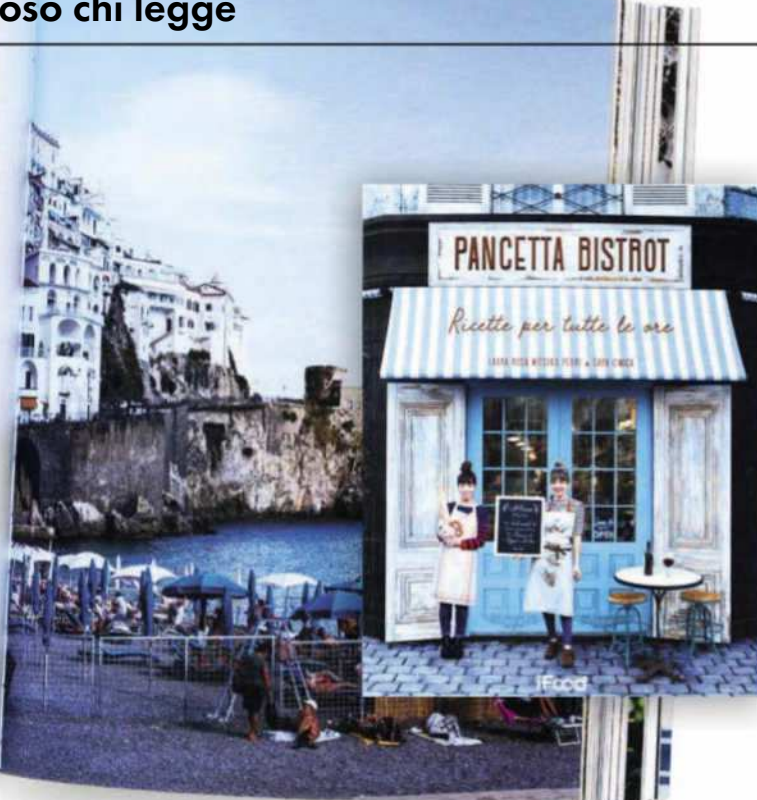
I RISTORATORI

• Una ricerca condotta nel 2005 tra i membri dei Relais & Châteaux concludeva «per le star della cucina, i bambini meglio lasciarli a casa». Oggi invece i programmi per farli sentire a proprio agio abbondano.

• Slurp kids è un programma per formare all'interno del personale del ristorante stesso una sorta di maître dei bambini, che li accoglie, li coinvolge, li fa sentire importanti (*slurpkids.com*). Tra le idee più creative il percorso in cui, mentre i genitori sono impegnati in una degustazione, i piccoli, bendati, giocano a riconoscere una serie di profumi legati al vino (vaniglia, fragole, melone...). Pare che siano bravissimi.

• L'Epam, Confcommercio Milano, ha inaugurato il progetto Child Friendly (*assonidi.it*) che riunisce una rete di ristoranti milanesi dove i bambini sono benvenuti e trovano idee che li divertono.

• Il linguaggio aiuta. Dinner, il ristorante di Heston Blumenthal a Londra, sul sito delle prenotazioni scrive: «Siamo felici di accogliere i nostri clienti dai quattro anni in su». Furbo, perché i bambini di oggi sono i clienti di domani.

FOTO R. LETTIERI

BISTROT DI CARTA

Lo ha sfogliato **Angela Odone**, scoprendo una locanda immaginaria dove due amiche realizzano il sogno comune di una cucina fatta di piatti semplici e familiari. Con un lieve accento giapponese

Hanno cominciato a immaginarlo insieme, poi hanno aperto un blog e ora al loro Pancetta Bistrot hanno dedicato un libro, in attesa, chissà, di aprirlo davvero. Unite dalla passione per il cibo e la fotografia, Laura e Sara portano in tavola in queste pagine 76 ricette confortevoli, come quelle che vorreste trovare nel ristorantino sotto casa. **Mi piace perché** i piatti sono divisi per momenti della giornata, dalla colazione alla cena. E poi le autrici si fanno chiamare «le Pancette», facendosene un baffo dei prevedibili riferimenti al girovita. *L.R. Mitsuko Perri e S. Cimica, Pancetta Bistrot, Ricette per tutte le ore, iFood, 22,90 euro*

Spaghetti alle poveracce

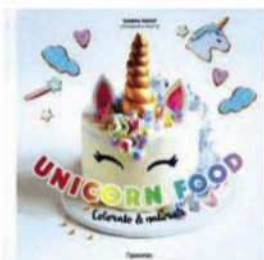
Impegno Facile
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg **vongole comuni (poveracce) già spurgate**
400 g **spaghetti di Gragnano**
250 g **pomodori datterini gialli**
aglio – peperoncino
prezzemolo tritato
vino bianco secco – sale
olio extravergine di oliva

Cuocete i datterini tagliati a metà per pochi minuti, in padella con olio e sale. **Fate** aprire le vongole in una grande casseruola con olio, aglio e peperoncino, sfumate con un bicchiere scarso di vino, coprite e spegnete quando si saranno tutte aperte. Unite i datterini. **Lessate** gli spaghetti e nel frattempo mettete in freezer una tazzina di olio. **Scolate** gli spaghetti nella casseruola delle vongole, aggiungete l'olio freddo e mantecate prima di servire, completando con prezzemolo tritato.

SALIRE SU UN ARCOBALENO

Chi, come me, ha figlie femmine si sarà trovato almeno una volta faccia a faccia con un unicorno... Ecco come farlo apparire su torte da fiaba, e divertire i bambini con altre idee dolci e salate. **Mi piace perché** i coloranti consigliati sono tutti naturali. *Sandra Mahut, Unicorn food, L'ippocampo, 7,90 euro*

MAI PIÙ SENZA «IL SENZA»

Provate a togliere sale, zucchero e grassi dai vostri piatti. Impresa impossibile? Lucia e Marcello Coronini, creatori della Cucina del Senza®, dimostrano, ormai da anni, che si può. **Mi piace perché** le ricette sono facili e (davvero) appetitose. *L. e M. Coronini, Mangiare con gusto e vivere 100 anni, Gribaudo 14,90 euro*

L'ARTE DI SAPER RACCOGLIERE

Quando attraversate un prato guardatevi attorno: al primo sguardo vi sembrerà «un mare d'erba». Poi, guidati dall'autrice, imparerete a distinguere, tra le decine di specie diverse, quelle da portare in tavola. **Mi piace perché** gli acquerelli sono della bravissima Anna Regge. *Eleonora Matarrese, La cuoca selvatica, Bompiani, 22 euro*

FOTO RICCARDO LETTIERI

MAGIE IN CUCINA

Create sia per il frigo, sia per il forno, le pirofile in vetro Pyrex sono ideali per realizzare i vostri menu. Combinando gusto e salute.
Resistono fino a -40 °C e in forno fino a 300 °C: i contenitori di vetro Pyrex sono alleati affidabili e indispensabili in cucina. E di grande praticità, visto che sono progettati per essere impilati con facilità e occupare poco spazio. Scoprite con noi come cucinare con pochi grassi, fantasia e moltissimo gusto.

PYREX

Pirofila rettangolare
40X25 cm – 3,9 litri

Pirofila rotonda
30X25 cm – 2,8 litri

Pirofila torta
30X25 cm – 1,9 litri

Caraffa graduata – 1 litro

Pirofila rettangolare
33X23 cm – 2,6 litri

Ciotola multiuso
2 litri

Pirofila ovale
32X19 cm – 1,8 litri

ORATA AL FORNO CON POMODORINI

Ingredienti per 4 persone
***600 g** 1 orata – **600 g** pomodorini – **50 g** olive taggiasche*
***50 g** capperi – **2** scalogni – basilico – olio extravergine*

SQUAMATE ed eviscerate l'orata; adagiatela in una pirofila Pyrex rettangolare.
AGGIUNGETE i pomodorini tagliati a metà, gli scalogni a fettine, le olive, i capperi e foglie di basilico.
IRRORATE con olio e infornate a 180 °C per 35-40 minuti.

CUCINA E VINCI CON LA CUCINA ITALIANA, PYREX, AUCHAN E SIMPLY

Fai la spesa e porti a casa Pyrex

Fino al 22 luglio 2018, nei negozi Auchan, Ipersimply, Simply e Punto Simply aderenti all'iniziativa, ogni 15 euro di spesa, riceverete un bollino per collezionare la nuova linea di pirofile Pyrex. E non finisce qui: collegandovi al sito www.collezionepyrex.it potrete partecipare ad uno speciale concorso! Rispondete correttamente a qualche domanda culinaria: in palio 200 abbonamenti semestrali alla rivista (sia digitale che stampata) e 100 set Pyrex per cimentarvi con le vostre ricette preferite.

Ricette JOËLLE NÉDERLANTS, Testi VALENTINA VERCELLI,
Foto RICCARDO LETTIERI, Styling BEATRICE PRADA

UN GIORNO IN ABRUZZO

Dalla costa adriatica alla Maiella, in cerca di una delle cucine più veraci e ricche d'Italia. Eccola in tre piatti-emblema

BISCOTTI DELLA «TRESCA»

Colazione

Pranzo

SPAGHETTI ALLA CHITARRA CON PALLOTTINE

Biscotti della «tresca»

Impegno Medio
Tempo 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 28 BISCOTTI

- 460 g farina
- 160 g zucchero
- 130 g latte
- 60 g olio di semi di girasole
- 10 g lievito in polvere per dolci
- 2 uova
- limone – sale

Impastate la farina con le uova, 130 g di zucchero, il lievito, la scorza grattugiata di 1 limone, un pizzico di sale e 1 cucchiaio di latte. Aggiungete l'olio e il latte rimasto, poco per volta, continuando a impastare.
Dividete l'impasto in palline da 30 g ciascuna.
Rivestite una placca con carta da forno, adagiatevi le palline, schiacciandole bene per dare la forma di un biscotto rotondo, spolveratene la superficie con lo zucchero rimasto e infornate a 180 °C per 15-16 minuti.
Da sapere «Tresca», in dialetto abruzzese, significa «trebbiatura», e ricorda che questi dolcetti erano consumati in campagna come merenda, di solito insieme con un bicchiere di vino rosso. Oggi sono un classico della colazione, da inzuppare nel latte.

Spaghetti alla chitarra con pallottine

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 800 g passata di pomodoro
- 300 g polpa di manzo macinata
- 200 g farina 0
- 200 g farina di grano duro rimacinata
- 60 g formaggio grattugiato
- 40 g mollica di pane
- 4 uova – zucchero
- noce moscata
- latte – aglio
- cipolla bianca
- olio extravergine di oliva
- sale – pepe

PER GLI SPAGHETTI ALLA CHITARRA
Mescolate le due farine, impastatele con le uova e lasciate riposare il composto, coperto, per 30 minuti.
Infarinate il piano di lavoro e stendete l'impasto, ottenendo una sfoglia di 2 mm di spessore.
Stendete la sfoglia sulla chitarra e premetela bene contro le corde, con l'aiuto di un matterello, ottenendo così gli spaghetti.
Allargateli bene su un vassoio spolverandoli con un poco di farina di grano duro per non farli attaccare.
PER IL CONDIMENTO
Soffriggete in una casseruola ½ cipolla tritata e 1 spicchio di aglio schiacciato con la buccia con 3 cucchiai di olio, per 2-3 minuti. Aggiungete la passata di pomodoro, 1 tazzina di acqua, sale e un pizzico di zucchero e proseguite la cottura per 25-30 minuti.
Ammollate la mollica di pane in 5 cucchiai di latte, strizzatela bene e unitela alla carne macinata e al formaggio grattugiato; aggiungete una generosa grattugiata di noce moscata, salate, pepate e mescolate bene.
Formate delle pallottine grandi come olive e cuocetele, un poco alla volta, in una grande padella con 4 cucchiai di olio ben caldo per 1-2 minuti, mescolandole per farle arrostire in modo uniforme.
Condite le pallottine con la metà del sugo di pomodoro.
Cuocete gli spaghetti alla chitarra in abbondante acqua bollente salata per 4-5 minuti; scolateli al dente e insaporiteli in una padella con il sugo di pomodoro rimasto.
Distribuite gli spaghetti nei piatti, guarnite con le pallottine e condite a piacere con pecorino grattugiato e pepe.

> «La chitarra pei maccheroni è una specie di arpa cuciniera rettangolare che si suona con le mani in piano orizzontale [...] ben conosciuta da chi apprezza questo ramo della musica applicata alla gastronomia»
>
> **Gabriele D'Annunzio**

Insalata rinfrescante

Impegno Facile
Tempo 30 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 300 g cetrioli
- 200 g lattuga
- 4 ravanelli
- 2 gambi di sedano
- 2 pomodori
- 1 peperone verde
- 1 limone
- olio extravergine di oliva
- sale

Pelate i cetrioli e tagliateli a fettine.
Stendete le fettine su un vassoio, ricopritele di sale e lasciatele riposare per 20 minuti.
Mondate le altre verdure, tagliatele a pezzetti e conditele con il succo di limone, olio e sale.
Lavate i cetrioli, tamponateli con carta da cucina e mescolateli con le altre verdure.

Arrosticini

Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

- 1,3 kg polpa di coscia di agnello
- olio extravergine di oliva
- sale – pepe

Tagliate la polpa di agnello a cubetti di circa 2 cm di lato e infilzateli su lunghi stecchini; dovrete ottenere circa 26 arrosticini.
Condite gli arrosticini con un filo di olio, sale e pepe e cuoceteli su una griglia unta con un filo di olio e ben calda per 2 minuti per lato; serviteli appena fatti.
Da sapere La nostra è una versione delicata della ricetta tradizionale, che vuole carne di pecora, non di agnello.

INSALATA RINFRESCANTE

Cena

ARROSTICINI

VIVI IL MARE COME MAI PRIMA D'ORA

Più spazi esterni per godersi il sole a contatto col mare

PIÙ SPAZI ESTERNI PER TUTTI

MSC Seaview riscrive le regole del design delle navi da crociera.

MSC Seaview ti regala un contatto ravvicinato con il mare come mai prima d'ora. Scoprirai al Ponte 8 una straordinaria promenade all'aperto, con bar e ristoranti, dove vivere un'esperienza gastronomica e rilassarsi prendendo il sole a bordo piscina. E per la prima volta sul mare, un fantastico acquapark interattivo.

IL TRIONFO DEL GUSTO

Raffinate cene gourmet con vista mozzafiato sul mare.

Ogni emozione che provi a bordo di MSC Seaview si riflette e si amplifica [...] mare tutto intorno a te. L'acq[...] ma in uno scenario spetta[...]

panoramiche e alle cene [...] Ristoranti Temati[...]

IL DIVERTIMENTO
NON FINISCE MAI

Scopri un mondo d'intrattenimento.

MSC Seaview propone intrattenimento per ogni gusto, dal teatro alla discoteca, dal casinò allo Sports Bar con divertimenti ad alta tecnologia, oltre ad una palestra all'avanguardia, spazi per attività all'aria aperta e tanto altro ancora. Così non mancheranno le possibilità di rilassarti, divertirti e vivere nuove esperienze.

RELAX PER MAMMA E PAPÀ
MENTRE I PICCOLI SI DIVERTONO
A PIÙ NON POSSO

Un'avventura per tutta la famiglia.

Una crociera a bordo di MSC Seaview è una grande avventura per i bambini di tutte le età. I genitori possono concedersi dei momenti di relax mentre i bambini si divertono in compagnia di nuovi amici. ...vegliati da uno staff competente e ...to, i bimbi saranno protagonisti ...e entusiasmanti!

...ffet-pizzeria per tutta la ... opzioni per la cena dedi... bini, alle escursioni a terra, studiato per garantire il massimo divertimento.

OGNI TUO DESIDERIO
DIVENTA REALTÀ

Esclusività e privacy in un mondo di opportunità.

MSC Yacht Club è un luogo riservato dove ogni tuo desiderio diventa realtà e nulla è impossibile. Suite lussuose, una lounge panoramica privata, un ristorante dedicato ed un esclusivo solarium con piscina e vasche idromassaggio. Una vera "nave nella nave" con Servizio Maggiordomo 24 ore su 24, bevande illimitate e Reception-Concierge, MSC Yacht Club è un'esperienza di crociera senza paragoni.

MSC SEAVIEW.
PER UNA NUOVA ESPERIENZA
SUL MARE.
PIÙ GRANDE CHE MAI.

A bordo di MSC Seaview troverai più spazi all'aperto, più relax e più divertimento, per vivere il mare come mai prima d'ora.

Per tutti i dettagli chiedi alla tua agenzia viaggi o visita **msccrociere.it**

MSC CROCIERE

NON È UNA CROCIERA QUALSIASI

#MSCSeaview

UNA TAVOLA SUI TETTI DI ROMA

L'obelisco e i due campanili di Trinità dei Monti visti dalla terrazza dell'Hassler, hotel di proprietà di Roberto Wirth, quinta generazione di una storica famiglia di albergatori svizzeri.

Al ristorante Imàgo Francesco Apreda racconta dieci anni di evoluzione in un nuovo menu. Mescolando con inventiva e misura italianità e ricordi d'Oriente

Francesco Apreda riesce in un'impresa mica alla portata di tutti: i suoi piatti (quasi) rubano la scena alla più bella cartolina di Roma. La prima volta, circa dieci anni fa, che mi sono seduto all'Imàgo (prenotate, con largo anticipo, il tavolo all'angolo delle due file di finestre) era ancora la vista a sopraffare un repertorio corretto ma non sempre a fuoco.

Oggi è qui, al sesto piano dell'Hotel Hassler – leggendario cinque stelle sulla sommità di Trinità dei Monti –, che vengo per assaggiare la cucina contemporanea forse più divertente e originale della città, in un salotto multisensoriale da poco tirato a lucido per migliorare la luce sui piatti e per aggiungere un bancone bar (dove fermarsi anche solo per un aperitivo) e una cantina a vista con le etichette più nobili. E poi c'è il **fattore umano**: quel garbo e quella giustezza con cui Marco Amato ha meritato il premio di miglior maître a Identità Golose.

Scegliete il nuovo menu degustazione «naturale sviluppo» (10 portate a 170 euro) per scoprire l'evoluzione di questo cuoco campano – che ha lavorato molti anni in Giappone e in India – nel corso di un decennio. I nomi in carta suonano ora appena più rassicuranti per marcare l'italianità ma non negano la vocazione globetrotter: i Cappellotti di Parmigiano 36 Mesi «Doppio Umami» si confermano il piatto-firma che fa perdere la testa, ma **sul podio** (allargato) ci stanno pure il Minestrone di Stagione all'Essenza di Mare (senza sale aggiunto, la sapidità viene dal sapiente uso di alghe e spezie), il Risotto alla Marinara, l'Anatra alle Spezie e il Filetto di Ombrina al Cartoccio di Argilla. In chiusura, una Dolce Mozzarella di Bufala vi farà sorridere come Noodles-De Niro nella fumeria d'oppio del film *C'era una volta in America*. Insieme al conto, potete chiedere il cofanetto con i blend di spezie, preziosi su pesce e risotti. FEDERICO DE CESARE VIOLA

FOTO ALBERTO BLASETTI, ANDREA DI LORENZO

È PETTO DI POLLO?

Sì! Parola della nostra amica Paola, che garantisce anche una magnifica crosticina. E senza un filo di olio

Testi LAURA FORTI, Foto RICCARDO LETTIERI, Styling BEATRICE PRADA

«Non dovrebbero più esistere piatti allegri e altri punitivi, ma un'unica cucina, tutta bella e attenta alla salute. E vedo che oggi i cuochi e la cultura gastronomica in generale si muovono in questa direzione. Certamente questa è la mia impostazione». Idee precise e ben fondate per Paola Richero, biologa nutrizionista per lavoro, e cuoca per passione. «Fin da piccola ho imparato ad apprezzare le buone cose: mio papà navigava e amava cucinare il pesce; mia mamma, emiliana, prepara i tortellini. E attenzione: per essere salutare un piatto non deve essere necessariamente ipocalorico. Sono tanti e diversi gli aspetti da considerare, in rapporto alle esigenze di chi mangia». Paola cucina per la sua famiglia, il marito e la figlia quindicenne, ma anche per un blog (2 nutrizioniste in cucina) che ha aperto con una collega, nel quale condivide le sue ricette del benessere. È arrivata nella nostra cucina da Loano, dove abita, per prepararci un piatto semplice, buonissimo e molto pratico, ottimo anche riscaldato o addirittura freddo. «Piccole attenzioni di gusto lo rendono particolare: i capperi polverizzati danno profumo e sapidità alla preparazione, che richiede pochissimo sale aggiunto. E la caponata condisce la carne, rendendola morbida e sugosa, senza bisogno di altro condimento».

Arrosto leggero con caponatina di zucchine

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 10 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

PER IL POLLO
- 900 g petto di pollo
- 50 g pangrattato
- 40 g capperi sott'aceto
- 1 albume

PER LA CAPONATINA
- 800 g zucchine trombetta
- 400 g passata di pomodoro
- 30 g capperi sott'aceto
- 20 g olive taggiasche snocciolate
- 1 gambo di sedano – basilico
- ½ cipolla – zucchero di canna
- olio extravergine di oliva
- aceto di vino bianco – sale

PER IL POLLO

1. Sciacquate i capperi, asciugateli bene tamponandoli con carta da cucina e infornateli a 160 °C per 15-20 minuti.
Sfornateli e frullateli nel mixer insieme con il pangrattato.
Pulite il petto di pollo e tagliatelo a metà. Spennellatelo con l'albume sbattuto e impanatelo nel pangrattato ai capperi. Mettetelo in una pirofila e infornatelo a 200 °C per 10 minuti, poi a 180 °C per altri 30-35 minuti.

PER LA CAPONATINA

2. Tagliate a rondelle le zucchine, eliminando le estremità. Tritate la cipolla.
Pulite il sedano e tagliatelo a pezzettini; sbollentatelo per 5 minuti in una casseruola con un bicchiere di acqua bollente, acidulata con un cucchiaio di aceto. Scolatelo.
Scaldate in una padella 2 cucchiai di olio e 2 cucchiai di acqua. Appassitevi la cipolla tritata, quindi aggiungete le olive e i capperi sgocciolati, poi il sedano e le zucchine. Rosolate per 10 minuti.
3. Aggiungete la passata, fate cuocere per altri 10 minuti, quindi unite una tazzina di aceto e 2 cucchiai di zucchero. Terminate la cottura in altri 2 minuti. Aggiustate di sale, se serve, e profumate con basilico fresco.
Sfornate il pollo, tagliatelo a fette e servitelo con la caponatina.

UN CONCENTRATO DI IDEE

Un tubetto rivoluzionario, un premio al miglior contadino e ricette pensate per le famiglie di oggi (dove chi cucina è papà). Francesco Mutti racconta come una salsa di pomodoro, nel suo piccolo, può cambiare il mondo

A cura di SARA TIENI

In casa Mutti in questo periodo c'è una concitata allegria. L'azienda, leader nella produzione di conserve di pomodoro, è nel mezzo dei «fatidici 60»: i due mesi destinati alla raccolta dei pomodori a perfetta maturazione (tra luglio e agosto), tutti coltivati in pieno campo sotto il sole, e rigorosamente in Italia. La «saga del sugo» inizia nelle campagne attorno a Parma nel 1850 con un visionario Giovanni Mutti. Nel 1899 i nipoti di Giovanni, Marcellino e Callisto, fondano uno dei primissimi stabilimenti per la lavorazione industriale dei pomodori nostrani. Nel 1951 il boom: i fratelli Mutti lanciano sul mercato il tubetto di alluminio (prima destinato solo al dentifricio) per la distribuzione di concentrato di pomodoro. Una piccola rivoluzione per le cucine casalinghe che continua ancora oggi, che l'azienda conta circa 300 dipendenti fissi e 1500 stagionali, filiali in Francia e, dallo scorso anno, anche negli Stati Uniti per un fatturato annuo di circa 278 milioni di euro. Il segreto? «Una missione, piuttosto: portare questo frutto alla massima espressione», ci racconta Francesco Mutti, 50 anni, dal 1994 amministratore delegato dell'azienda di famiglia.

Frutto?

«Be', sì. Ci sono tanti falsi miti da sfatare sul pomodoro. Il primo che è una bacca, cioè un frutto, non una verdura. Ce ne sono circa cinquemila varietà, molte non commestibili. E poi, cresce ugualmente bene in Nord e Sud Italia. Infatti le nostre coltivazioni vanno dal Parmense alle Valli di Comacchio, dalla Valle del Sele in Campania alla Capitanata in Puglia. Per maturare bene il pomodoro ha bisogno di temperature che non superino i 32 gradi e un terreno fertile e per questo da sempre alterniamo le colture».

Lei è cresciuto in campagna: ricordi?

«Da adolescente partecipavo al rito della raccolta, che allora era ancora in parte

manuale. Si doveva agire in fretta, partecipavano tutti per cogliere il momento magico della maturazione ideale. Da 30 anni siamo riusciti a rendere quel faticoso processo totalmente automatizzato. Ma una cosa è rimasta: lavoriamo il pomodoro in giornata. La magia è quella».

È vero che tra i lavoratori stagionali contate tanti studenti universitari?

«Si organizzano per venire in azienda in gruppi di car sharing, in modo da ridurre l'impatto ambientale. La cosa bella è che aiuta anche la familiarizzazione. Si tratta di lavori perlopiù meccanici, al contempo fa conoscere ai ragazzi la campagna e i suoi ritmi. Alla fine, come 150 anni fa, la nostra azienda dipende dal tempo: c'è sempre l'apprensione per la troppa pioggia o per una grandinata. La natura è indifferente alle nostre esigenze, in campagna impari a comprenderlo e accettarlo».

Non fareste prima, come fanno gli olandesi, a darvi a serre e idrocolture?

«Rispetto gli altri e la tecnologia che avanza. Grazie a quella riusciamo a dare da mangiare a 7 miliardi di persone. Ma la dolcezza e il colore di un pomodoro maturato al sole non ha uguali».

Avete da poco aperto uno spazio a Fico (il nuovo parco agroalimentare di Bologna) e un bistrot all'aeroporto di Malpensa: alla gente interessa così tanto la conserva di pomodoro?

«Sono spazi dedicati soprattutto agli stranieri. In molti non sanno che cos'è la qualità. Cerchiamo di raccontargliela».

Nuovi progetti?

«Il portale #storiedipomodoro, una raccolta di ricette in forma di racconto, pensate per le famiglie contemporanee. Per i papà che preparano la cena, sempre più numerosi. O per le mamme molto prese dal lavoro. Per i single che adorano cucinare anche solo per sé».

In casa sua il pomodoro come si mangia?

«Come condimento per la pasta non ha rivali. Non conosco lusso più grande di una pasta al pomodoro fatta a regola d'arte. Pochi ingredienti, qualità suprema, risultato assicurato».

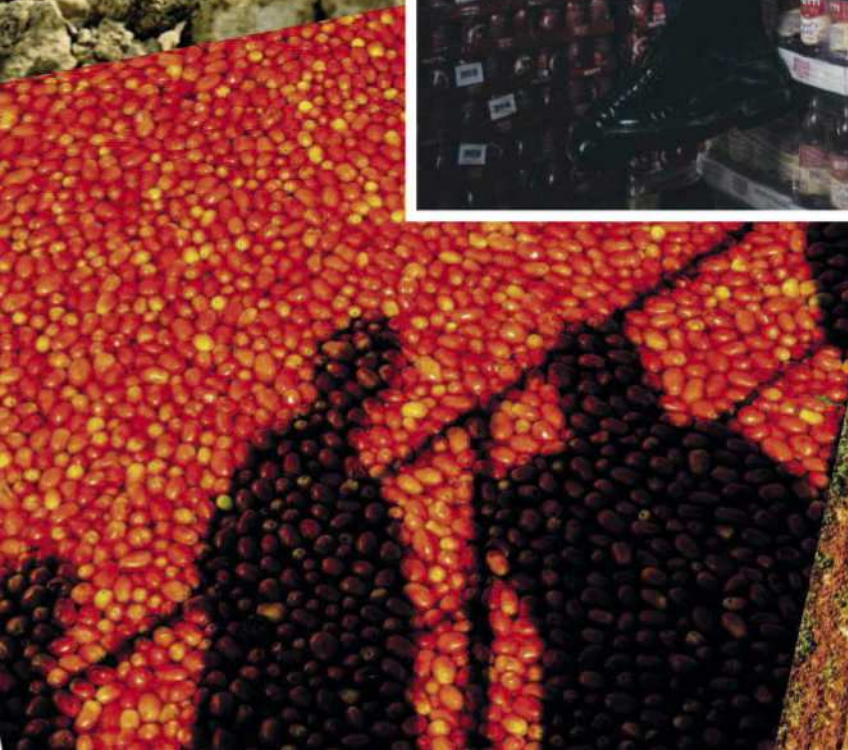
Dal 2000 avete istituito il «Pomodorino d'Oro». Un Oscar del pomodoro?

«Quasi (*ride*, ndr). Sono 18 anni che assegniamo un premio in denaro, e una scatola di pelati bagnata nell'oro zecchino, al coltivatore-conferitore per gli stabilimenti di Parma e Oliveto Citra che ci assicura i pomodori migliori per sapore, maturazione e quantità. Un incentivo a crescere e a perfezionarsi ogni anno».

Idee per il futuro?

«Ridurre sempre di più il nostro impatto ambientale. Dal 2010 collaboriamo con il WWF per minimizzare l'utilizzo di risorse idriche e di emissioni di anidride carbonica. In questi giorni debutta un progetto sul rispetto delle biodiversità. Non siamo per le coltivazioni estensive ma per medi-piccoli appezzamenti dove convivano anche specie vegetali diverse e animali. La nostra azienda, a differenza di altre, non si può spostare. Amo immaginarci come un albero: per vivere a lungo dobbiamo curare al massimo il giardino che ci circonda».

FOTOGRAFIE **MAX & DOUGLAS, CARLO GUTTADAURO**

Francesco Mutti, amministratore delegato della storica azienda di famiglia, tra barattoli e latte di conserva; i pomodori utilizzati provengono da tutta Italia, dove sono coltivati in pieno campo. Nella pagina accanto, foto di gruppo con la mamma Angelita e il papà Marcello.

ricettario *di luglio*

Testi
LAURA FORTI
ANGELA ODONE
SARA TIENI
VALENTINA VERCELLI
Fotografie
RICCARDO LETTIERI
Styling
BEATRICE PRADA

Le misure a portata di mano

Semplificate il lavoro in cucina: eliminate la bilancia e dosate liquidi e ingredienti in polvere con tazze, bicchieri e cucchiai. Guardate la nostra tabella **a p. 119**

antipasti

Ospiti nella nostra cucina

SAURO RICCI

Cuoco-antropologo, è un cultore del taoismo e uno specialista della macrobiotica, disciplina alimentare che considera uno dei modi migliori di prendersi cura di sé, nel corpo e nello spirito, degli altri e del pianeta. Lavora al ristorante di cucina naturale Joia di Milano.

GIOVANNI TRAVERSONE

Gentleman culinario, è lo chef della Trattoria del Nuovo Macello, di Milano, istituzione per i gourmet meneghini gestita dalla sua famiglia dal 1959. Le sue specialità sono le carni e i piatti della tradizione lombarda, ma con un twist internazionale.

DAVIDE BROVELLI

Figlio d'arte, anzi bisnipote, perché la sua famiglia lavora nella ristorazione da 180 anni. Cuoco raffinato, privilegia gli ingredienti del Lago Maggiore, quello su cui si affaccia il suo ristorante, il Sole di Ranco, immerso in un giardino colmo di fiori e di erbe aromatiche.

Per una salsa ultra rapida, mescolate una maionese pronta con un cucchiaio di yogurt greco e aromatizzatela con curry e zafferano.

Vassoio dello strudel, canovaccio e apribottiglia **H&M Home**, piattino celeste **Zara Home**.

Strudel di zucchine e maionese al curry

Cuoco Sauro Ricci
Impegno Facile
Tempo 50 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

200 g zucchine
200 g cipollotti
150 g ricotta
100 g formaggio feta
1 confezione di pasta sfoglia rettangolare
1 uovo
latte di mandorla non zuccherato
curry in polvere
alloro
salvia
zafferano
limone
olio extravergine di oliva
olio di semi di girasole
sale
pepe

PER LA MAIONESE AL CURRY
Frullate 200 g di latte di mandorla, 2 cucchiai di succo di limone, sale, 2 cucchiaini di curry e 1 bustina di zafferano, aggiungendo a filo 350 g di olio di semi.
Lasciate rassodare la maionese in frigo, intanto che preparate il resto.

PER LO STRUDEL
Mondate i cipollotti e tagliateli a rondelle; lavate le zucchine e riducetele a listerelle. Cuocete tutto in una padella a fuoco vivo per 10 minuti, con 3 cucchiai di olio extravergine, 1 foglia di alloro e 2 foglie di salvia. Spegnete e salate.
Sbriciolate la feta, mescolatela con la ricotta e le verdure e condite con sale, 1 macinata di pepe e un filo di olio.
Distribuite la metà del ripieno sulla pasta sfoglia, lungo il lato maggiore. Rimboccate la pasta sul ripieno e sigillatene i bordi schiacciandoli con una forchetta. Incidete la superficie con tagli obliqui.
Sbattete l'uovo e con esso spennellate lo strudel. Infornatelo a 180 °C per 20 minuti circa. Servitelo con la maionese al curry e completate a piacere con nastri di zucchina.

Spiedini di blini, peperoni e avocado

Cuoco Sauro Ricci
Impegno Medio
Tempo 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

50 g farina di mais fioretto
50 g fecola di patate
50 g farina di riso
1 peperone rosso
1 peperone giallo
1 avocado
capperi sotto sale
lievito in polvere per torte salate
prezzemolo – limone
aceto balsamico – aglio
olio extravergine di oliva
sale

PER I BLINI
Mescolate la farina di mais con quella di riso e con la fecola di patate; unite anche una presa di lievito e 300 g di acqua; continuate a mescolare, finché non otterrete una pastella fluida. Fatela riposare per 30 minuti.
Trasferite la pastella in una tasca da pasticciere.
Scaldate molto bene una padella unta con un poco di olio, distribuitevi la pastella formando dei dischi (ø 5 cm); cuoceteli per 1 minuto, voltateli, e proseguite per altri 10-15 secondi; asciugateli su carta da cucina. Procedete così fino a esaurire la pastella.
PER I PEPERONI E L'AVOCADO
Preparate entrambi mentre riposa la pastella dei blini.
Lavate i peperoni e arrostiteli sulla fiamma o appoggiati in una padella per 5-6 minuti su ciascuno dei 4 lati.
Chiudete i peperoni in un sacchetto di carta e fateli raffreddare.
Dissalate 2 cucchiai di capperi sotto l'acqua corrente e tritateli grossolanamente.
Tritate anche un piccolo spicchio di aglio con un mazzetto di prezzemolo.
Pelate i peperoni, tagliateli a filetti ed eliminate i semi; conditeli con 6 cucchiai di olio, 1 cucchiaio di aceto balsamico, sale, il prezzemolo, l'aglio e i capperi tritati. Sbucciate l'avocado, tagliatelo in grossi pezzi e spruzzateli con un po' di succo di limone per non farli annerire.
PER GLI SPIEDINI
Infilzate in stecchi di legno i blini insieme con i filetti di peperone arrotolati, alternandoli con pezzi di avocado.
Condite gli spiedini con un poco di olio dei peperoni e portate in tavola.
Da sapere I blini sono piccole crespelle salate tipiche della cucina russa, che le accompagna di solito con caviale o salmone e panna acida. Nella nostra versione, l'immancabile farina di grano saraceno è sostituita con quella di mais.

Piatti degli spaghetti **Hay Design**, tessuto a righe **C&C Milano**. Piattini degli spiedini e canovaccio **H&M Home**. Cime nautiche bianca e rossa **Il Cordaio**.

Spaghetti all'acqua di pomodoro con crema di mozzarella

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Facile
Tempo 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g pomodori ramati ben maturi
350 g spaghetti
300 g 1 mozzarella di bufala
8 pomodorini Piccadilly
basilico – sale
olio extravergine di oliva

PER L'ACQUA DI POMODORO
Lavate i pomodori ramati e frullateli. Racchiudete la polpa in un telo, ponetela in un colino, con un peso appoggiato sopra, e lasciatela sgocciolare per 40 minuti circa.
PER IL CONDIMENTO
Frullate 200 g di mozzarella a temperatura ambiente con 2 cucchiai di olio e la sua acqua di governo, aggiungendone quanta ne serve per ottenere una crema. Tagliate a cubetti la mozzarella rimasta.
Dividete i pomodorini Piccadilly in 4 spicchi, eliminate i semi e tagliateli a cubetti. Conditeli con un pizzico di sale e 3 cucchiai di olio.
PER GLI SPAGHETTI
Cuocete gli spaghetti in abbondante acqua salata, scolandoli un paio di →

Posate un colino a maglia fine in una ciotola, foderatelo con un telo di mussola di cotone (si acquista nei negozi di tessuti e va lavato dopo l'uso solo con acqua calda) facendolo

debordare. Versatevi la polpa di pomodoro (1), rimboccatevi sopra il telo (2) e pressate con una ciotola pesante (3). Dopo 40 minuti avrete ottenuto un'acqua (4) per mantecare paste e risotti o per idratare il cuscus.

minuti prima rispetto al tempo riportato sulla confezione. Mantecate gli spaghetti in una padella con l'acqua di pomodoro per 3 minuti. Eliminate l'eventuale liquido in eccesso, aggiungete 2 cucchiai di olio, mescolate e spegnete.
Condite gli spaghetti con la crema di mozzarella, guarnite con i pomodorini, i cubetti di mozzarella e qualche fogliolina di basilico.

Mafalde, polpo, cozze e vongole

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

700 g polpo
500 g cozze
500 g vongole spurgate
350 g pasta tipo mafalde
220 g ceci lessati
1 gambo di sedano
1 carota
alloro – limone – aglio
vino bianco secco
pancarré – prezzemolo
capperi sott'aceto
acciughe sotto sale
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER I MOLLUSCHI
Immergete il polpo in acqua bollente con 1 gambo di sedano, 1 carota, qualche grano di pepe nero, 2 foglie di alloro; unite 1 bicchiere di vino bianco e cuocetelo per 40-45 minuti dalla ripresa del bollore; aggiungete poi ½ limone e proseguite la cottura per altri 5 minuti. Infine scolatelo, fatelo raffreddare e tagliatelo a tocchetti.
Fate aprire le vongole in una casseruola, coperta, con 2 cucchiai di olio, 1 spicchio di aglio con la buccia e una spruzzata di vino bianco. Filtrate il liquido di cottura.
Mondate le cozze e fatele aprire in una casseruola, coperta, con 2 cucchiai di olio, 1 spicchio di aglio con la buccia e una spruzzata di vino bianco.
Sgusciate cozze e vongole, tenendone da parte qualcuna con il guscio come guarnizione.
PER LA CREMA DI CECI
Frullate i ceci con 180 g di acqua e 1 cucchiaio di olio, finché non otterrete una crema.
PER LA SALSA VERDE
Tritate un bel ciuffo di prezzemolo; frullatene 3 cucchiaiate con 90 g di olio, 3 acciughe dissalate, 1 cucchiaio di capperi sott'aceto e ½ fetta di pancarré senza crosta.
PER LE MAFALDE
Cuocete le mafalde in abbondante acqua salata, scolandole 2 minuti prima rispetto ai tempi riportati sulla confezione.
Mantecatele in una padella con l'acqua delle vongole e un filo di olio per un paio di minuti. Spegnete ed eliminate l'eventuale liquido in eccesso.
Distribuite nei piatti un paio di cucchiai di crema di ceci, adagiatevi le mafalde, completate con il polpo e i molluschi, quelli sgusciati e quelli nelle conchiglie, e condite con 1-2 cucchiai di salsa verde. Sono buone anche tiepide.

Quando si acquistano, le vongole e le cozze sono vive: scartate subito quelle già aperte e, dopo la cottura, quelle che sono rimaste chiuse.

Piatto fondo **Maisons du Monde**, piatti piani **Hay Design**, cucchiaio **H&M Home**.

Tovaglia del risotto **Libeco**, rete da pesca **Il Cordaio**. Tessuti a righe dei cappellacci **C&C Milano**.

Tostato senza grassi e poi mantecato solo con la crema di peperoni, questo risotto vi stupirà con la sua freschezza.

Risotto e gamberoni con salsa di peperoni

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Facile
Tempo 1 ora
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **350 g riso Vialone nano**
- **12 gamberoni**
- **4 peperoni rossi**
- **1 scalogno**
- **nocciole tostate**
- **capperi sott'aceto**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale**

PER I PEPERONI
Ponete i peperoni su una placca rivestita con carta da forno e infornateli a 240 °C per 25-30 minuti; lasciateli raffreddare, spellateli e tagliateli a filetti, eliminando i semi. Frullateli in salsa, tenendo da parte un paio di filetti che userete, spezzettati, come guarnizione del piatto.

PER IL RISOTTO
Mondate lo scalogno e tritatelo.
Scaldate il riso in una casseruola con una generosa presa di sale; quando è caldo al tatto, unite lo scalogno, mescolate, bagnate con un mestolo di acqua calda e cuocetelo per 8-10 minuti, bagnando con altra acqua, se serve (alla fine dovrà essere asciutto). Stendetelo su un vassoio e fatelo raffreddare.

PER COMPLETARE
Sgusciate i gamberoni e scottateli in una padella con un filo di olio e un pizzico di sale per 1 minuto.
Tritate grossolanamente una decina di nocciole e 2 cucchiai di capperi.
Sgranate il riso, mantecatelo con la salsa di peperoni, adagiatevi sopra i gamberi e guarnite con le nocciole e i capperi tritati, i pezzetti di peperone e, a piacere, con foglie di cappero in salamoia e maggiorana.

Cappellacci di magro con alici e melone

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Per esperti
Tempo 1 ora e 45 minuti più 6 ore di riposo e 4 giorni di congelamento

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **350 g ricotta**
- **300 g farina**
- **40 g formaggio grattugiato**
- **12 alici**
- **3 uova**
- **2 fette di melone**
- **cannella in polvere**
- **chiodi di garofano**
- **rucola**
- **aceto di lamponi**
- **peperoncino fresco**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe – zucchero**

PER LE ALICI
Pulite le alici: staccate la testa, apritele a libro ed eliminate la lisca, i visceri e la coda. Disponetele su una placchetta foderata di pellicola senza sovrapporle e mettetele in freezer; dopo 1 ora copritele con la pellicola, facendola ben aderire. Lasciatele in freezer per 4 giorni per sanificarle e renderle sicure per il consumo da crude. Poi mettetele a scongelare in frigorifero.
Conditele con una presa di sale, 1 cucchiaio abbondante di zucchero, una macinata di pepe, 1 chiodo di garofano pestato e un pizzico di cannella e fatele marinare in frigorifero per almeno 6 ore.

PER I CAPPELLACCI
Impastate la farina con le uova e un cucchiaio di olio, finché non otterrete un composto compatto. Lasciatelo riposare coperto per almeno 30 minuti.
Preparate il ripieno dei cappellacci mescolando la ricotta con il formaggio grattugiato, sale e pepe.
Infarinate il piano di lavoro e stendete la pasta, ottenendo delle sfoglie di 1 mm di spessore. Ritagliate delle strisce di 10-11 cm di altezza. Distribuite un cucchiaio di ripieno ogni 4 cm, ripiegate la pasta sul ripieno e schiacciate tutto intorno al ripieno per eliminare l'aria. Preparate i cappellacci seguendo le indicazioni qui sotto.
Cuocete i cappellacci in abbondante acqua bollente salata per 3 minuti, scolateli e arrostiteli in una padella antiaderente ben calda con un filo di olio per 3 minuti.

PER IL CONDIMENTO
Tagliate la polpa del melone a cubetti molto piccoli e conditela con 1 cucchiaio di olio e una macinata di pepe.
Tritate un mazzetto di rucola e conditela con 1 cucchiaio di olio e 1 cucchiaino di aceto di lamponi.
Insaporite un paio di cucchiai di olio con ½ peperoncino fresco tritato.
Servite i cappellacci completandoli con il melone a cubetti, le alici marinate, la rucola tritata e l'olio al peperoncino.

Una volta farcite le strisce di sfoglia con il ripieno, fate aderire bene i due strati di pasta sovrapposti, eliminando l'aria intorno al ripieno. Ritagliate delle mezzelune con un tagliapasta di 6 cm di diametro (1). Piegate ciascuna mezzaluna ad anello sul lato lungo e sigillate le estremità in modo da formare i cappellacci (2 e 3).

La cottura del salmone è al punto giusto quando al cuore la polpa risulta ancora un po' traslucida.

Salmone al forno con pesto di tarassaco al lemon grass

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 35 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g filetto di salmone
200 g tarassaco
4 foglie di cicoria pan di zucchero
lemon grass – limone
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER IL PESTO DI TARASSACO
Mondate il tarassaco e scottatene 100 g in acqua bollente salata per 10 secondi.
Incidete un fusto di lemon grass per il lungo e sbollentate anch'esso per 20-30 secondi. Frullate il tarassaco con un pezzetto di lemon grass preso dal cuore del fusto e 5 cucchiai di olio ottenendo un pesto.
PER IL SALMONE
Rosolate il filetto di salmone su entrambi i lati (cominciate da quello con la pelle) in una padella appena velata di olio (5-7 minuti in tutto). Infornatelo poi a 200 °C per 5-6 minuti.
PER IL CONTORNO
Spezzettate grossolanamente a mano il tarassaco rimasto e la cicoria pan di zucchero e fateli appassire in padella per 5 minuti con poco olio. Salate e pepate.
Servite il salmone con le verdure saltate in padella, il lemon grass rimasto tagliato a filetti, il pesto e spicchietti di limone.

Tessuto a righe degli scampi **C&C Milano**. Forchetta, piattino decorato e canovaccio del salmone **H&M Home**.

Scampi alla piastra e albicocche caramellate

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Medio
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

20 scampi di medie dimensioni
12 albicocche
1 vasetto di yogurt naturale
mandorle con la pelle
arancia
burro – aceto balsamico
zucchero – sale

PER LE ALBICOCCHE CARAMELLATE
Dividete in due i frutti.
Cuocete in padella 2 cucchiai di zucchero con 1 cucchiaio di burro; quando lo zucchero comincia a caramellarsi aggiungete le albicocche, rosolandole dalla parte concava. Dopo 1 minuto liberate la padella e stemperate il fondo di cottura con ½ bicchiere di succo di arancia o di acqua e 1 cucchiaino di aceto balsamico. Salate leggermente fate addensare fino a raggiungere la consistenza di una salsa.
PER GLI SCAMPI
Rimuovete le teste dei crostacei, sgusciate le code lasciando le codine ed eliminate il budellino bruno. Rosolatele in padella a fuoco vivo con una noce di burro, per dieci secondi sul dorso e poi per altri dieci sull'altro lato.
Servitele sulla salsa all'aceto balsamico con le albicocche, mandorle a scaglie e qualche goccia di yogurt. Completate a piacere con fogliolíne di erbe aromatiche: noi abbiamo scelto la melissa.

Piatti del rombo **Maisons du Monde**, tovagliolo a righe **C&C Milano**. Piatto ovale delle triglie **Hay Design**, tovaglia **Libeco**.

Tagliate a pezzi gli scarti del rombo, sciacquateli e usateli per preparare un brodo di pesce: ottimo per mantecare risotti e come base per sughi di mare.

Pacchettini di rombo alle erbe

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 20 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1,5 kg **1 rombo**
4 **foglie grandi di lattuga**
2 **avocado**
1 **scalogno**
limone
timo
finocchietto
cerfoglio
olio extravergine di oliva
sale fino e grosso – pepe

Frullate nel mixer 200 g di sale grosso con un ciuffo generoso di timo, uno di finocchietto e uno di cerfoglio. Per la ricetta ne serviranno 20 g al massimo. Conservate il resto di questo sale aromatizzato in un barattolo chiuso: potrete usarlo per altri piatti di pesce ma anche di carne, bianca e rossa.
Eliminate la testa del rombo, praticate un'incisione lungo la lisca centrale e poi sfilettatelo inserendo la lama del coltello di piatto tra la polpa e la lisca. Rifilate la polpa lungo i bordi così da ricavare un filetto. Ripetete queste operazioni ottenendo gli altri 3 filetti.
Mondate gli avocado e frullatene la polpa con il succo di mezzo limone, sale, pepe e un filo di olio.
Dividete ogni filetto in due tranci conditeli con olio, pepe, il sale alle erbe e scorza di limone; accoppiateli quindi a mo' di panino.
Accomodate ciascun «panino» su un foglio di carta da forno e chiudete a pacchettino. Cuocete i quattro pacchettini in forno a 200 °C per 12-13 minuti.
Sbollentate le foglie di lattuga per 10-20 secondi in acqua bollente salata, scolatele, allargatele su un canovaccio e tamponatele con delicatezza per asciugarle.
Spalmate le 4 foglie di lattuga con 1 cucchiaio generoso di crema di avocado.
Sfornate i pacchettini e privateli della carta da forno.
Disponete al centro di ogni foglia un «panino» di rombo e avvolgetelo con la foglia. Servite subito accompagnando a piacere con un'insalata di pomodori.

Triglie alla nizzarda

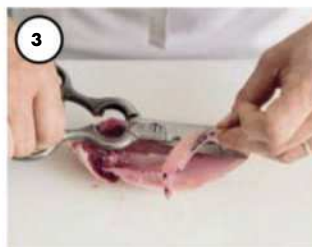
Cuoco Davide Brovelli
Impegno Medio
Tempo 1 ora
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 1 kg **pomodori lunghi tipo San Marzano**
- 12 **triglie**
- 1 **scalogno**
- **olive sott'olio snocciolate**
- **capperi dissalati**
- **brodo di pesce – basilico**
- **zucchero – sale – pepe**
- **olio extravergine di oliva**

PER LA SALSA
Sbollentate per pochi secondi i pomodori, privateli della buccia, divideteli in spicchi, eliminate i semi e tagliateli a tocchi.
Tritate finemente lo scalogno e rosolatelo in una casseruola, che possa andare in forno, con un filo di olio per 1-2 minuti al massimo; unite i pomodori, un cucchiaino di zucchero e un pizzico di sale e cuocete per 3-4 minuti; bagnate con un mestolino di brodo di pesce e infornate a 160 °C per 30 minuti. Sfornate, frullate un terzo dei pomodori, poi riunitelo al resto, ottenendo una salsa grossolana.
PER LE TRIGLIE
Eviscerate le triglie e privatele della lisca centrale (seguite le indicazioni qui sotto) senza eliminare la testa.
Adagiate le triglie sulla salsa, conditele con un filo di olio, sale, pepe, aggiungete 1 cucchiaio di olive, uno di capperi e 3-4 foglie di basilico e infornate a 200 °C per 10 minuti circa.
Sfornate e servite. A piacere potete disporre le triglie su un letto di foglie di basilico fritte accompagnando con la salsa di pomodoro, in ciotole a parte.

Per pulire le triglie lasciandole intere, cominciate eliminando le squame: raschiate i pesci con il coltello, procedendo dalla coda verso la testa (1).

Lavorate con delicatezza perché la pelle è fragile. Tagliate le pinne laterali e quella dorsale. Aprite il ventre incidendolo con il coltello dal foro anale fino sotto la testa. Tagliate via i lembi con le pinne ventrali. Penetrate di piatto con la lama per separare la lisca dalla polpa (2). Eliminate la lisca centrale

tagliandola alle estremità (3). Per finire, togliete tutte le lische più piccole: individuatele passando un dito sulla polpa ed estraetele con le pinzette (4).

Pane indiano, spinaci, crescenza e salsa di albicocche

Cuoco Sauro Ricci
Impegno Medio
Tempo 2 ore più 3 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

500 g farina
500 g spinaci freschi
250 g albicocche
200 g crescenza
2 melanzane
aglio – semi di zucca
aceto di vino bianco
olio extravergine di oliva
zucchero – sale

PER IL PANE INDIANO
Mescolate la farina con 220 g di acqua e impastate tutto a mano; dividete l'impasto in palline di 30-35 g e fatele riposare per 3 ore.
Stendete ciascuna pallina con un matterello, ottenendo dei dischi (ø 11 cm).
Cuocete un disco per volta in una padella ben calda per 1 minuto per parte, finché non comincerà a gonfiarsi leggermente; spennellate i pani con un filo di olio.
PER LE VERDURE
Mondate le melanzane, tagliatele a fette di 1 cm di spessore, ponetele in una pirofila, copritele di sale e lasciatele riposare per 1 ora. Alla fine lavatele bene, asciugatele con carta da cucina e cuocetele in una padella con un filo di olio per 4-5 minuti per lato.
Lavate gli spinaci e cuoceteli in una padella con 3 cucchiai di olio e 1 spicchio di aglio con la buccia per 4-5 minuti; alla fine eliminate l'aglio.
PER LA SALSA DI ALBICOCCHE
Tagliate 200 g di albicocche a pezzetti.
Sciogliete in un pentolino un pugnetto di zucchero con 6 cucchiai di aceto e fate ridurre lo sciroppo della metà.
Aggiungete le albicocche a pezzetti, cuocete per 10 minuti, quindi frullate tutto.
Tagliate a cubetti le albicocche rimaste e tritate una manciata di semi di zucca.
Farcite ciascun pane con 1 cucchiaio di crescenza, 1-2 fette di melanzana e 1 cucchiaio di spinaci; completate con 1 cucchiaino di salsa di albicocche, 1 cucchiaino di semi di zucca tritati e cubetti di albicocche fresche.
Da sapere Il pane indiano (*chapati*, *roti* o *phulka*) si prepara di solito con un'apposita farina di grano con malto, detta *atta*.

Piatti celesti del pane indiano **Studio Arhoj**, ciotola blu **Kalè Studio Design**. Ciotola dell'insalata di borlotti **Maisons du Monde**, cima nautica **Il Cordaio**, tovaglia **Tessilarte**.

Insalata di borlotti con salsa allo yogurt

Cuoco Sauro Ricci
Impegno Facile
Tempo 2 ore
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g yogurt naturale
300 g fagioli borlotti freschi sgranati
200 g patate
120 g rucola
80 g cipollotto rosso
50 g olive taggiasche snocciolate
20 g erba cipollina
4 ravanelli
2 gambi di sedano
1 cetriolo
alloro – salvia
rosmarino
finocchietto fresco
aceto di vino bianco
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER LA SALSA ALLO YOGURT
Versate lo yogurt in un colino foderato con un telo e lasciate riposare per 2 ore, in modo che perda la parte più liquida.
Tritate l'erba cipollina.
Condite poi lo yogurt con l'erba cipollina tagliuzzata, 1 cucchiaio di olio, mescolate e salate leggermente.

PER L'INSALATA DI BORLOTTI
Cuocete i borlotti in acqua bollente con 1 foglia di alloro, 1 ciuffetto di salvia e 1 rametto di rosmarino per 1 ora e 20 minuti.
Pelate le patate, tagliatele a piccoli dadi e cuocetele in acqua bollente per 4 minuti.
Sbucciate il cetriolo, dividetelo a metà e poi in piccoli pezzi.
Lavate i gambi di sedano, eliminate le fibre esterne con un pelapatate e tagliateli a tocchetti.
Tritate un mazzetto di finocchietto.
Raccogliete in una ciotola i borlotti, le patate, il cetriolo, il sedano e le olive taggiasche; condite con 2 cucchiai di olio e 2 di aceto, il finocchietto tritato, sale e pepe.
Tagliate i ravanelli a fettine molto sottili e tuffatele in acqua ghiacciata per renderle croccanti, quindi asciugatele con carta da cucina.
Mondate il cipollotto e tagliatelo a rondelle.
Preparate un letto di rucola in un piatto di portata, adagiatevi l'insalata di borlotti, completate con il cipollotto e i ravanelli e servite con la salsa allo yogurt.

1

Per il pane indiano usate padelle di ferro o ghisa (1) e arroventatele a lungo sul fuoco prima di cuocervi i dischi di impasto: si gonfieranno infatti solo su una piastra

2

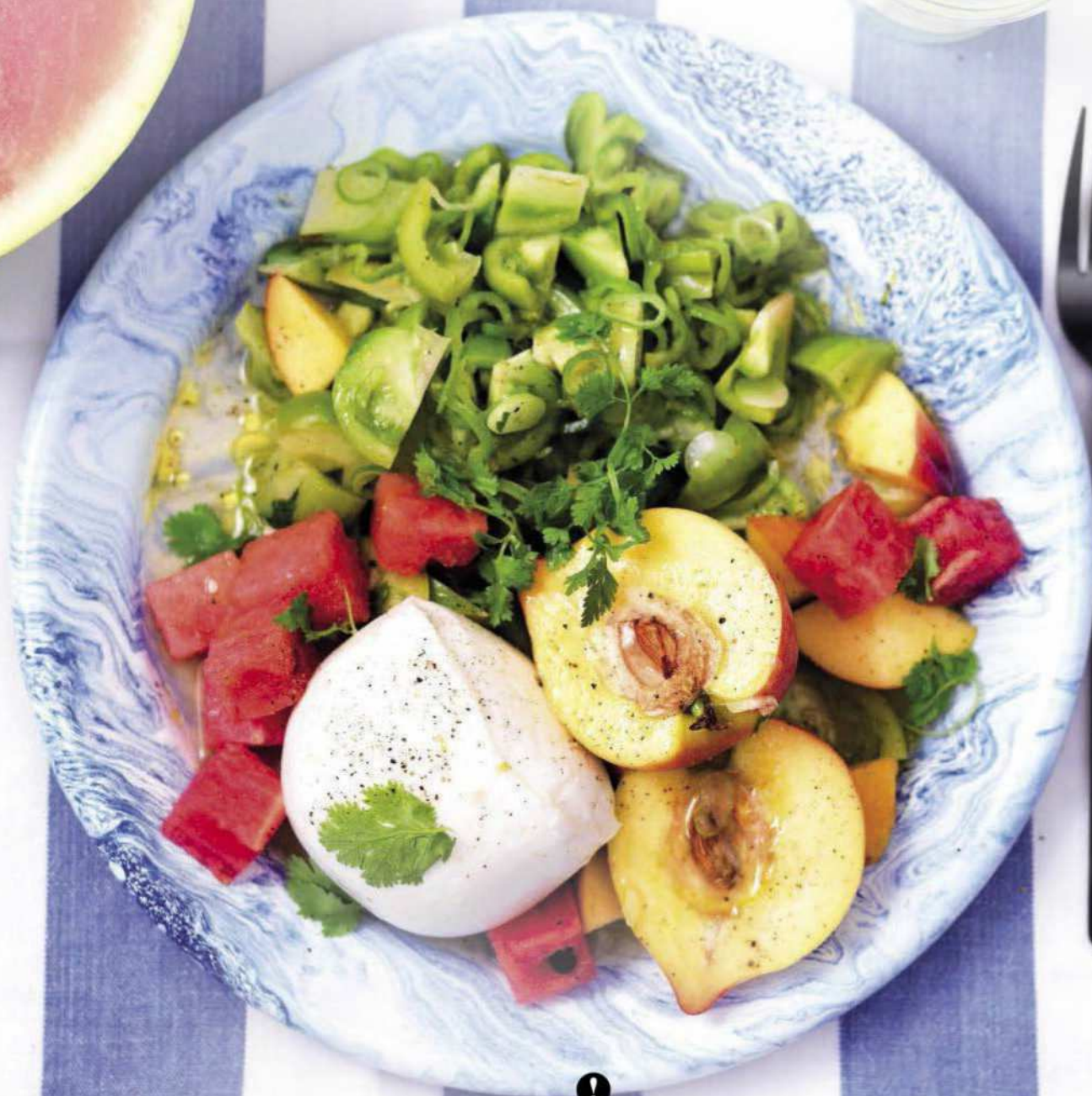
caldissima (2). Sarebbe meglio evitare padelle antiaderenti che non vanno mai scaldate «a secco» a temperature troppo elevate, perché rischiano di rilasciare tossine.

Misto veg marinato con fiordilatte

Cuoco Sauro Ricci
Impegno Facile
Tempo 35 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **100 g cipollotti**
- **4 pesche**
- **3 peperoni friggitelli**
- **2 mozzarelle fiordilatte**
- **2 pomodori verdi**
- **2 lime**
- **1 fetta di anguria**
- **coriandolo fresco – menta**
- **aceto di mele**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Lavate e mondate i friggitelli eliminando i semi; tagliateli a fettine sottili.
Mondate i cipollotti e tagliateli a rondelle, tenendo anche la parte verde.
Tagliate i pomodori a spicchi e poi ciascuno spicchio in 2 parti.
Condite tutte le verdure con 50 g di olio, il succo dei lime e la loro scorza grattugiata, una presa di sale, una macinata di pepe, qualche rametto di coriandolo, foglie di menta spezzettate e 1 cucchiaino di aceto di mele. Lasciatele marinare per 20 minuti circa.
Sbucciate le pesche e tagliatele a pezzetti.
Riducete a tocchetti la polpa dell'anguria.
Dividete le 2 mozzarelle a metà e servitele con le verdure marinate e i pezzetti di frutta.

Molto amate nella cucina mediorientale, spagnola, portoghese e messicana, le foglie di coriandolo danno a questa preparazione un carattere esotico e un profumo fresco e balsamico.

Piatto e canovaccio dei pomodori e posate **H&M Home**. Piatto del misto veg **Hay Design**.

Fantasia di pomodori con pistacchi pralinati

Cuoco Sauro Ricci
Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

150 g pistacchi sgusciati e pelati
150 g zucchero
10 pomodorini ciliegia gialli
10 pomodorini ciliegia neri o rossi
1 pomodoro cuore di bue
1 pomodoro ramato
1 pomodoro San Marzano
paprica
timo – rosmarino – cerfoglio
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER I PISTACCHI PRALINATI
Fondete lo zucchero in una pentola a fuoco medio, con 2 cucchiai di acqua, finché non comincerà a fare piccole bolle; unite un pizzico di paprica, uno di sale, una macinata di pepe e mescolate bene. **Spegnete** il fuoco, aggiungete i pistacchi e mescolate velocemente finché lo zucchero non si sarà del tutto asciugato.

PER IL SALE AROMATIZZATO
Tritate un po' di rosmarino e di timo; mescolate ½ cucchiaino di ciascun trito con 1 cucchiaio di sale.

PER I POMODORI
Dividete i pomodorini ciliegia a metà e tagliate il cuore di bue, il pomodoro ramato e il San Marzano a fettine sottili. **Condite** i pomodori con un filo di olio, 2 pizzichi di sale aromatizzato, qualche fogliolina di cerfoglio e una manciata di pistacchi pralinati.

Da sapere Per preparare i pistacchi pralinati è bene partire da una quantità minima di 150-200 g: conservate i pistacchi rimasti in un barattolo ermetico e serviteli con l'aperitivo.

In un pentolino di rame (ottimo conduttore di calore) cuocete lo zucchero con un goccio di acqua fino a quando non farà delle bolle non troppo grandi (1): se avete il termometro,

verificate che la temperatura sia di 115-120 °C. A questo punto mescolatevi spezie in polvere a piacere e un pizzico di sale (2). Spegnete, unite la frutta secca e mescolate con forza (3) finché lo zucchero non si sarà cristallizzato (4).

carni e uova

Canovaccio di fondo della cotoletta e tovagliolo dell'uovo **C&C Milano**, piatto celeste **Zara Home**.

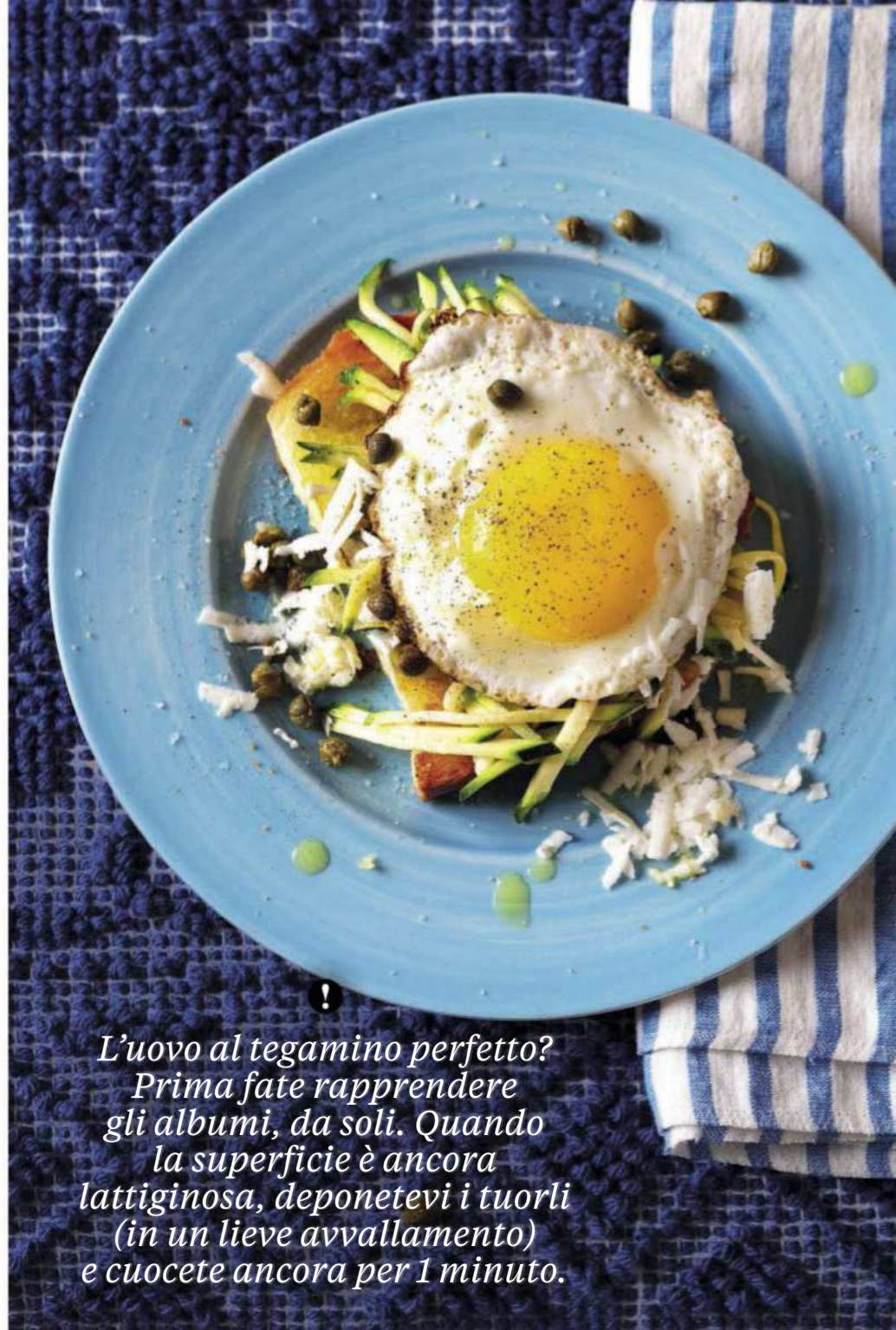
Cotoletta alta con pane alle erbe

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Medio
Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

800 g cotolette di carré di vitello (4 da 200 g già pulite)
400 g pangrattato
350 g zucchine mignon
250 g pomodori Piccadilly
150 g burro
80 g aceto di mele
60 g zucchero di canna
3 uova – 2 pesche gialle sode
prezzemolo – timo
maggiorana – salvia
cumino – cannella in polvere
farina – sale
olio extravergine di oliva

PER IL CHUTNEY DI PESCHE
Lavate le pesche, dividetele a metà, eliminate i noccioli e tagliatele a cubetti.
Distribuite uniformemente lo zucchero di canna in una padella per 4-5 minuti e cuocetelo finché non inizierà a caramellarsi; sfumatelo con l'aceto di mele, fate evaporare e unite 1 cucchiaino scarso di cumino e 2 pizzichi di cannella; proseguite la cottura per 2-3 minuti, finché non avrà una consistenza sciropposa, quindi aggiungete le pesche a cubetti e mescolate bene.
PER LE COTOLETTE
Tritate le erbe ottenendo 3 cucchiai di prezzemolo, 2 di timo, 2 di salvia, 2 di maggiorana; mescolate le erbe con il pangrattato.
Sbattete le uova.
Infarinate le cotolette, scuotetele per eliminare la farina in eccesso, quindi passatele nelle uova sbattute e, infine, nel pangrattato alle erbe.
Sciogliete il burro in una padella, adagiatevi le cotolette e fatele cuocere per 6 minuti, quindi giratele dall'altra parte e proseguite la cottura per altri 4 minuti.
PER LE VERDURE
Mondate le zucchine, tagliatele in 4 parti per il lungo e scottatele in acqua bollente salata per 1 minuto, poi tuffatele in acqua ghiacciata.
Lavate i pomodorini e tagliateli a metà.
Condite pomodori e zucchine con un filo di olio e sale.
Servite le cotolette con le verdure, accompagnandole con il chutney di pesche.

!

L'uovo al tegamino perfetto? Prima fate rapprendere gli albumi, da soli. Quando la superficie è ancora lattiginosa, deponetevi i tuorli (in un lieve avvallamento) e cuocete ancora per 1 minuto.

Uovo fritto con feta e capperi

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

80 g formaggio feta
4 uova – 4 zucchine
4 fette di pane casareccio
vino bianco secco
capperi sotto sale
prezzemolo – pepe
olio extravergine di oliva – sale

Spennellate le fette di pane con olio e infornatele a 230 °C per 7-10 minuti.
Tagliate le zucchine a fiammifero e rosolatele in padella con un velo di olio per qualche minuto. Sfumatele quindi con uno spruzzo di vino e finite di cuocerle in 5-7 minuti. Conditele alla fine con prezzemolo tritato e un pizzico di sale.
Cuocete le uova in padella, in un velo di olio ben caldo: alla fine salatele, pepatele e servitele sulle fette di pane calde, completando con le zucchine, la feta sbriciolata e capperi dissalati.

Piatto bianco **Maisons du Monde**, canovacci e tovaglioli **C&C Milano**, posate **H&M Home**, ciotola blu **Kalè Studio Design**.

Il carpaccio è un piatto «minimalista», che si gioca tutto sull'eccellenza della carne: scegliete filetto o controfiletto, teneri e saporiti, e soprattutto privi di tessuto connettivo e di grasso.

Carpaccio di manzo

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

800 g fettine sottilissime di manzo
400 g olio di semi di mais
3 cetriolini sott'aceto
1 cipollotto
1 uovo
1 tuorlo
1 piccolo cetriolo fresco
1 peperoncino fresco
senape – limone
aceto di vino bianco
yogurt greco
erba cipollina
rafano fresco
capperi disidratati
sale – pepe

Frullate con il frullatore a immersione l'uovo con il tuorlo, 1 cucchiaio di senape, 1 di succo di limone, 1 di aceto, sale, pepe e l'olio versato a filo. Proseguite a frullare fino a quando non avrete ottenuto una maionese.
Tritate molto finemente i cetriolini sott'aceto e affettate in piccoli rocchetti qualche filo di erba cipollina; unite tutto alla maionese incorporando anche 1 cucchiaio di yogurt greco.
Mondate il cipollotto e il peperoncino e tagliate entrambi in rondelle sottilissime.
Lavate il cetriolo fresco e tagliatelo in fette molto sottili, quasi un velo.
Distribuite le fettine di manzo nei piatti e completate con la maionese, qualche rondella di cipollotto e di peperoncino, le fette di cetriolo fresco, i capperi disidratati, una grattugiata di scorza di limone e di rafano, sale, se serve, e pepe. Accompagnate a piacere con cracker.

Insalata di pollo con maionese di fave

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

1,5 kg pollo ruspante pulito
100 g cuori di lattuga puliti
65 g farina di fave (o di ceci)
4 peperoni cruschi
alloro – salvia – rosmarino
limone
aglio
vino bianco secco
aceto di mele
coriandolo fresco
(o prezzemolo)
olio extravergine di oliva
olio di semi di girasole
sale – pepe

PER IL POLLO
Strinate il pollo per eliminare le eventuali piumette, lavatelo e accomodatelo in una casseruola. Farcitene l'interno con qualche foglia di salvia, 1 foglia di alloro, 1 rametto di rosmarino, 1 spicchio di aglio e ½ limone tagliato a grosse fette; ungetelo con un filo di olio, salate e pepate. Aggiungete nella casseruola 1 bicchiere di vino bianco secco e infornate a 180 °C per 1 ora. Lasciate raffreddare il pollo, quindi spolpatelo, eliminando ossi e pelle.
PER LA MAIONESE DI FAVE
Portate a bollore 340 g di acqua, quindi unitevi la farina di fave a poco a poco, mescolando con una frusta; sciogliete bene i grumi e proseguite la cottura per 20 minuti, poi raffreddate il composto stendendolo su un vassoio.
Mescolate 60 g di olio di oliva con 60 g di olio di semi e procedete nella preparazione come illustrato qui accanto.
Pulite i peperoni cruschi eliminando i semi, tagliateli a pezzi grossi e friggeteli in abbondante olio di semi per 5-7 secondi, quindi asciugateli su carta da cucina.
Mondate la lattuga e tagliatela a grosse strisce.
Preparate un letto di lattuga, adagiatevi sopra il pollo, guarnite con i peperoni cruschi e servite con la maionese di fave.

Frullate il composto di fave (1) con il succo di ½ limone, 2 cucchiai di aceto di mele e 140 g di acqua. Aggiungete a filo l'olio di oliva e quello di semi mescolati (2)

e continuate a frullare; alla fine regolate di sale. Dovrete ottenere una maionese cremosa (3). Tritate un mazzetto di coriandolo fresco e aggiungetelo alla maionese di fave, mescolando delicatamente (4).

dolci

Tessuti a righe
C&C Milano.

Dolce di ciliegie in padella

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

250 g ciliegie
150 g latte
100 g farina
50 g panna fresca
3 uova
2 cucchiai di zucchero di canna
1 baccello di vaniglia
lievito in polvere per dolci
burro – sale

Sbattete le uova con 2 cucchiai di zucchero di canna, il latte e la panna, i semi del baccello di vaniglia e un pizzico di sale; incorporate quindi la farina setacciata con un cucchiaino di lievito mescolando con cura perché non si formino grumi.
Tagliate a metà e snocciolate le ciliegie e rosolatele per 2-3 minuti in una padella (diametro 22 cm) in 1 cucchiaio di burro sfrigolante, poi unite il composto di uova e infornate a 180 °C per 20-25 minuti, se la padella è adatta per il forno. Diversamente, distribuite le ciliegie in una pirofila, unite il composto di uova e infornate.
Servite il clafoutis tiepido, completando a piacere con ciliegie fresche e panna (montatene 200 g con 1 cucchiaio di zucchero a velo).
Da sapere Il clafoutis è un dolce che va consumato subito perché raffreddandosi tende a indurirsi e a diventare gommoso.

«Pan di mandorla» e crema ghiacciata di yogurt

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Per esperti
Tempo 1 ora e 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

PER IL «PAN DI MANDORLA»
130 g zucchero a velo
125 g albumi
90 g 1 uovo e mezzo
80 g farina di mandorle
80 g 4 tuorli
60 g amido di mais
35 g farina 00
zucchero semolato
limone – cacao
caffè liofilizzato
liquore all'amaretto
PER LA CREMA GHIACCIATA
500 g yogurt greco
250 g mascarpone – limone
zucchero a velo

PER LA CREMA GHIACCIATA DI YOGURT
Mescolate 250 g di mascarpone con 3-4 cucchiai di zucchero a velo e la scorza grattugiata di mezzo limone. Aggiungete lo yogurt e amalgamate. Mettete in freezer la crema per 1 ora: deve raffreddarsi bene senza però congelarsi.
PER IL «PAN DI MANDORLA»
Setacciate l'amido di mais con mezzo cucchiaio di cacao e la farina 00.
Mescolate la farina di mandorle con lo zucchero a velo e un pizzico di sale, poi unite i 90 g di uovo e i tuorli e montate con le fruste elettriche fino a ottenere un composto gonfio, spumoso e biancastro.
Montate a neve gli albumi con 1 cucchiaio di zucchero semolato; poi, con una spatola, incorporateli a poco a poco nel composto alle mandorle alternandoli con le polveri setacciate (lavorate con movimenti circolari e delicati dal basso verso l'alto per non smontare l'impasto). Alla fine aggiungete 1 cucchiaino di caffè liofilizzato sciolto in 1 cucchiaio di liquore all'amaretto.
Distribuite il composto in una teglia foderata con carta da forno e infornatelo a 180 °C per 20 minuti circa.
Preparate intanto uno sciroppo: fate bollire per 3-4 minuti il succo di mezzo limone con 2 cucchiai di zucchero semolato e una scorza di limone. Spegnete e aggiungete 1 cucchiaio di liquore all'amaretto.
Spennellate il «pan di mandorla», intiepidito, con lo sciroppo. Lasciatelo raffreddare completamente, quindi tagliatelo a dadini.
Componete i bicchieri alternando crema di yogurt e dadini di «pan di mandorla» e servite subito, profumando a piacere.

Aggiungete una nota aromatica a contrasto con un battuto di menta, scorza di limone e mandorle stemperato in uno sciroppo di acqua e zucchero.

Gelo di frutti rossi

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Medio
Tempo 1 ora più 8 ore di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

PER IL GELO DI FRUTTI ROSSI
- 600 g **ciliegie**
- 200 g **polpa di anguria**
- 200 g **zucchero**
- 100 g **lamponi**
- 100 g **ribes – limone**
- 75 g **amido di mais**

PER LE SFOGLIATINE
- 12 **fogli di pasta fillo**
- **mandorle con la pelle**
- **burro**
- **miele di acacia**

PER IL GELO DI FRUTTI ROSSI

Snocciolate le ciliegie, sgranate i ribes e mondate i lamponi.
Raccogliete tutto in una casseruola con l'anguria a tocchi e 700 g di acqua fredda e, senza mai mescolare, fate bollire per 5 minuti, poi spegnete.
Filtrate tutto attraverso un colino a maglia fine, schiacciando con molta delicatezza la frutta, per farne uscire il succo ma non la polpa.
Scaldate il succo ottenuto con lo zucchero. Stemperate l'amido di mais con tanta acqua quanta ne serve per ottenere una consistenza fluida; al bollore unitelo al succo e mescolate con una frusta, aggiungendo anche il succo di mezzo limone. Mescolate con una frusta per mezzo minuto, quindi distribuite subito il composto in 6 stampini troncoconici (ø maggiore 6,5 cm).
Ponete in frigo per 8 ore: sono necessarie per poter sformare il gelo (raffreddandolo per 4 ore avrete un gelo al cucchiaio).

PER LE SFOGLIATINE

Spennellate i fogli di pasta fillo (15x8 cm) con abbondante burro fuso, quindi ripiegateli più volte sul lato corto ottenendo sfogliatine a forma di barretta.
Tagliuzzate una manciata di mandorle.
Disponete le sfogliatine di pasta fillo in una teglia foderata di carta da forno, spennellatele con il miele e cospargetele con le mandorle.
Cuocetele in forno a 180 °C per 7-8 minuti, sfornandole non appena saranno dorate.
Sformate il gelo: staccate delicatamente con i polpastrelli una piccola parte di gelo dal bordo dello stampo per favorire l'operazione. Servite con le sfogliatine, decorando a piacere con meringhette e ciuffi di panna montata.

Tovaglia a righe **Libeco**.

carta degli abbinamenti

a cura di VALENTINA VERCELLI

14 vini e 2 birre per accompagnare i piatti del nostro ricettario

Blini pag. 36
Risotto d'estate pag. 40

Sapido e d'annata: ecco l'identikit del bianco per i blini e il risotto. Il **Roero Arneis 2017** di **Matteo Correggia** ci piace per il suo carattere territoriale. *12 euro. matteocorreggia.com*

Cappellacci di magro pag. 41

Ci vuole un **Sylvaner** della **Valle Isarco**, minerale ed elegante, per tenere testa a tutte le sfumature di sapore dei cappellacci. Tra i migliori, provate l'**Aristos 2017** della **Cantina Valle Isarco**. *16 euro. eisacktalerkellerei.it*

Triglie alla nizzarda pag. 45

Un rosato originale da uve sangiovese, ben bilanciato e molto fresco, valorizza i pesci con sughi di pomodoro. Noi abbiamo trovato che il **Palmina Rosé 2017** di **Riecine** sia il compagno perfetto per le nostre triglie. *15 euro. riecine.it*

Carpaccio di manzo pag. 53

Qui serve un rosso da servire fresco, come il **Santa Maddalena** dell'**Alto Adige**. Non sbagliate se scegliete l'**Huck am Bach 2017** di **Cantina di Bolzano**, un capolavoro di bevibilità. *13,50 euro. kellereibozen.com*

Strudel di zucchine e maionese pag. 35

Le note erbacee di un **Sauvignon** dei **Colli Orientali del Friuli** valorizzano i piatti con verdure e spezie. Il **2017** di **Torre Rosazza** è fresco e accattivante. *12,50 euro. torrerosazza.com*

Salmone al forno pag. 43
Uovo fritto pag. 51

Bollicine? Sì, ma diverse. Provate un **Metodo Classico** prodotto nella zona del **Lugana**, come il **2013** di **Le Morette**; il lungo affinamento lo ha reso cremoso e persistente. *18 euro. luganalemorette.it*

Insalata di borlotti pag. 47

Una **birra** bianca, leggera e dissetante, sta bene con questa insalata, soprattutto se il pranzo è informale. La **Weisse** di **Batzen** è intrigante, con il suo retrogusto di banana e spezie. *11 euro (6 bottiglie da 33 cl). batzen.it*

Insalata di pollo pag. 53

Un rosso fruttato, che «funzioni» servito freddo, come certi vini siciliani, morbidi e disinvolti, è perfetto con il nostro pollo. A noi piace il succosissimo **Frappato 2017** di **Valle dell'Acate**. *13 euro. valledellacate.com*

Spaghetti pag. 37
Misto veg marinato pag. 48

Fruttato e solare, come solo certi bianchi pugliesi sanno essere, il **Fiano Tenuta Serranova 2017** di **Vallone** è il vino per i piatti estivi, le insalate con la frutta e i formaggi freschi. *11,50 euro. agricolevallone.it*

Scampi pag. 43
Pane indiano pag. 46

Un **Metodo Classico** fragrante sposa la dolcezza dei crostacei e il ripieno del pane indiano. Il **Pinot Grigio 2013** di **Santa Margherita** è sempre una garanzia. *17,50 euro. santamargherita.com*

Fantasia di pomodori pag. 49

Il carattere di uno **Chardonnay** del Sud bilancia l'acidità del pomodoro. L'**Alberta Ferretti 2016** di **Feudi del Pisciotto** è burroso e salato. *16 euro. winerelaisfeudidel pisciotto.com*

Dolce di ciliegie pag. 55

Una tira l'altra. Dunque, con il nostro clafoutis, provate una **birra** aromatizzata con le ciliegie, come la **Garbagnina** di **Montegioco**, fatta con la varietà Belle di Garbagna, presidio Slow Food. *8 euro. birrificiomontegioco.com*

Mafalde, polpo, cozze e vongole pag. 38

Acidità e sapidità sono le caratteristiche che deve possedere il bianco adatto a questo primo piatto e che si ritrovano nel **Verdicchio 2017** di **Andrea Felici**, tra i più buoni e territoriali. *14 euro. andreafelici.it*

Pacchettini di rombo pag. 44

Un pesce così delicato ha bisogno di un bianco raffinato. Per una scelta fuori degli schemi c'è l'**Inzolia Fornelli 2017** di **Feudo Montoni**: ha un carattere Mediterraneo e tanta freschezza. *12 euro. feudomontoni.it*

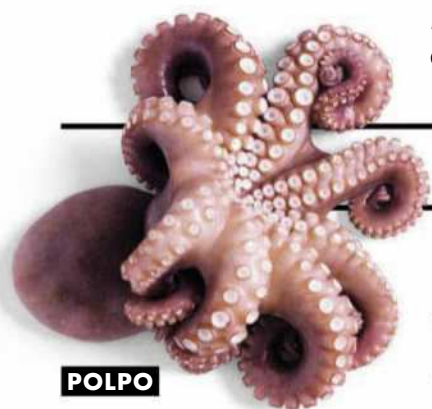
Cotoletta con pane alle erbe pag. 51

Scegliete un rosso complesso ma non troppo, da servire a temperatura di cantina. L'**Aria di Caiarossa 2013** ci ha affascinato per gli inebrianti profumi di macchia mediterranea. *26 euro. caiarossa.com*

«Pan di mandorla» pag. 55

L'abbinamento è un po' azzardato, ma il **Passito di Pantelleria**, che sta bene con le mandorle, si è rivelato la scelta giusta. Ottimo il **Karuscia 2012** di **Minardi**, per gli aromi di frutta candita. *15 euro. viniminardi.it*

consigli per la spesa

Mini guida per orientarsi nell'acquisto e nell'utilizzo degli ingredienti di mare scelti per le ricette di luglio

	COMPRATELI SOLO SE...	RICORDATEVI CHE	CUOCETELI COSÌ
POLPO	**Toccandolo, la zona cambia leggermente colore e la polpa intorno si ritrae. Evitate se ha un colore vinoso acceso.**	Il polpo ben pulito dura in frigo per 48 ore al massimo. Potete comprarlo congelato: il gelo sfibra la polpa e lo rende più morbido.	**Lessatelo (1 kg per 40 minuti). Usatelo poi per un sugo (pag. 38), affettatelo a carpaccio o arrostitelo in padella.**
COZZE	Le trovate nella reticella con etichetta di certificazione. I gusci devono essere brillanti e interi, i molluschi all'interno vivi.	**Se ve le fate pulire con le centrifughe, consumatele subito: l'operazione fa perdere ai molluschi parte del loro liquido.**	Fatele aprire con aglio, erbe e vino bianco. Sono perfette con la pasta (pag. 38), in zuppe oppure gratinate in forno.
VONGOLE	**Sono vive e raccolte nella reticella completa di etichetta: non compratele sfuse, perché è fuori legge.**	Vanno spurgate in acqua e sale per eliminare la sabbia. Buttate sempre via quelle con le conchiglie aperte o rotte.	**In padella coperta con aglio, prezzemolo e vino bianco per farle aprire: eccelse con gli spaghetti, buone nei sughi (pag. 38).**
GAMBERI E SCAMPI	Hanno un odore fresco, sono senza macchie e senza «bava». Meglio prenderli interi. Evitate se sanno di ammoniaca.	**Alcuni gamberi, da crudi, hanno colore grigio: una volta cotti diventano rossi. Sono buoni anche quelli congelati.**	Arrostiteli o lessateli per pochi minuti oppure marinateli con salse acide per 6 ore. Da soli o con paste e risotti (pag. 40 e 43).
ALICI	**Sono lucide e sode, pelle tesa, occhio brillante e convesso, branchie rosate e ben serrate, odore tenue.**	Possono contenere l'anisakis, parassita pericoloso. Per eliminare rischi bisogna cuocerle o tenerle almeno 96 ore a -18 °C.	**Marinatele per 6 ore (pag. 41), cuocetele in padella, al forno con pangrattato o friggetele, infarinate e in pastella.**
SALMONE	È ricoperto dalla tipica patina gelatinosa, ha superficie uniforme, senza ammaccature. Se in tranci, la polpa deve aderire all'osso.	**Per ottenere i tranci, togliete testa e coda, e tagliate a fette la parte centrale. Da un pesce di 1,5 kg se ne ricavano 8.**	In filetti e intero, arrostitelo in forno (pag. 43) o lessatelo; in tranci, cuocetelo in padella, alla griglia o al vapore.
ROMBO	**La testa si trova sulla sinistra (la passera, meno pregiata, ce l'ha sulla destra). Deve avere polpa soda e pelle tesa e umida.**	La specie più pregiata è il rombo chiodato, con le tipiche protuberanze sulla pelle. Ma sono buoni anche quelli «lisci», più piccoli.	**Intero, squamato, e in tranci cuocetelo al forno (pag. 44) con olio, sale e vino bianco. Filetti e tranci piccoli, anche in padella.**
TRIGLIA	Ha colore molto vivido. Quella di scoglio, più pregiata di quella di fango, è rossa con striature gialle e ha il muso più appuntito.	**È molto deperibile, va mangiata subito. Delicata anche da maneggiare: squamatela con cautela, per non romperla.**	Cucinatela per 10 minuti intera, per non rovinarla, brasata (pag. 45), grigliata, fritta, nelle zuppe. Non va lessata.

FOTOGRAFIE AG. 123RF, ARCH. LA CUCINA ITALIANA

dispensa

Ecco quello che abbiamo messo nel carrello per la cucina di questo numero

1. I baccelli di Vaniglia Bourbon di **Ubena** sono confezionati singolarmente in fialette di vetro, che ne conservano intatta la fragranza.

2. Lo Zucchero a velo di canna grezzo di **Decora** aggiunge alle ricette un sapore più deciso. Da provare con meringhe, frolle leggere e glasse.

3. La Farina di mandorle di **Molino Rossetto** è ricavata solo da mandorle macinate e per questo non contiene glutine ed è energetica e ricca di sali minerali.

4. Nota croccante e aromatica a creme dolci e salate, gelati e risotti con le Nocciole Piemonte Igp di **Life**. I 90 g contenuti nella confezione corrispondono a 3 porzioni di frutta secca.

5. Latte fresco di montagna Alta Qualità di **Mila**. In bottiglia da un litro, 100% riciclabile.

6. Vengono dal freddo Mar Cantabrico le Acciughe Salate di **Rizzoli Emanuelli**. Polpose e molto saporite, sono conservate in barattoli di vetro da 280 g. Prima di usarle vanno sciacquate sotto l'acqua, private della pelle e della lisca.

7. Si produce nel Centro Latte Bressanone il Burro Bio **Brimi**. Solo con il latte proveniente dai masi altoatesini.

8. La polpa succosa del melone retato di **Auchan** completa con un tocco fresco e insolito la pasta ripiena. Da provare con i nostri cappellacci di magro con le alici.

9. Per fare il gelato senza gelatiera bastano panna fresca, un aroma a piacere (cioccolato, frutta fresca o secca...) e Latte Condensato di **Nestlé**. Si mette in freezer e si mescola ogni tanto fino a quando non sarà pronto.

10. Solo grano duro italiano per gli Spaghettoni Bio di **Girolomoni**. Trafilati al bronzo ed essiccati lentamente si sposano molto bene con i pomodorini e la crema di mozzarella della nostra ricetta.

11. Per preparare la composta agrodolce di frutta che accompagna la cotoletta abbiamo usato lo Zucchero di canna grezzo bio di **Pam Panorama**. In buste da 500 g.

12. La nuova formula del **Nescafé** Gran Aroma è arricchita con chicchi di caffè arabica macinati molto finemente: solubilissimo, è pratico da usare nei dolci.

13. Con il caldo l'insalata di pollo è quello che ci vuole. Il Pollo **Aia** allevato a terra è già pronto per essere insaporito e cotto.

14. Per un secondo vegetariano sostanzioso e fresco, mozzarella **Deliziosa**, fatta solo di latte vaccino pugliese, con verdure marinate.

15. Si chiama Accenti la linea di sottaceti di **Valbona**: i cetriolini in aceto di mele sono ottimi per il momento dell'aperitivo o per dare sprint alla maionese.

16. Grazie alla buona quantità di amido, il risotto preparato con il Vialone Nano di **Riso Scotti** risulterà cremoso restando al dente.

FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

Ricette ELIO SIRONI, Testi VALENTINA VERCELLI, Foto ROBERT HOLDEN

rosé a bordo piscina

Un tuffo nel blu e poi un aperitivo ben freddo. Protagonista il vino del momento, da godere con qualche assaggio elegante e leggero. Come vuole la stagione

Chèvre, pere e sbrisolona salata

«L'abbinata formaggio e pere è un classico rustico, che qui ho modernizzato. Preparo la sbrisolona mescolando 150 g di burro morbido, 100 g di formaggio grattugiato, 200 g di farina di riso, 100 g di farina di mais, 1 tuorlo e 100 g di frutta secca mista tritata, la lascio riposare per 20 minuti, quindi la stendo su una placca foderata di carta da forno e inforno a 170 °C per 10 minuti. Sbuccio e taglio a cubi 200 g di pere e le **faccio marinare** per 20 minuti in 100 g di succo di pera con la scorza grattugiata di 1 lime, mezzo peperoncino e una stecca di vaniglia. Lavoro del formaggio di capra e incorporo le pere, sgocciolate. Lo servo su una foglia di lattuga con vicino la sbrisolona e un cucchiaio di uova di salmerino».

Metodo Classico di montagna

Si abbina anche ai salumi e a tutti i piatti con il pomodoro lo spumante trentino **Perlé Rosé Riserva 2012 di Ferrari**. Servitelo freddo, a 8 °C.
Cosa dire per darsi un'aria da esperti: da uve pinot nero con un'aggiunta di chardonnay, profuma di frutti rossi e di arancia, e ha un sapore fresco ed elegante. *36 euro – ferraritrento.it*

Tonno, fichi e pop corn

«Mi sono fatto ispirare dal colore del vino: quel rosa così deciso mi ha ricordato il tonno del **Mediterraneo** che abbino, crudo, ai fichi neri, tipici della Puglia, e alla cipolla di Tropea. Condisco tutto con una salsa tonnata e un gel al peperoncino, ma va bene anche un olio piccante. Completo il piatto con qualche pop corn, che dà la nota croccante. A chi non ama il pesce crudo consiglio di tagliare il tonno a bocconcini e di cuocerli in una padella ben calda, unta con un filo di olio, per 1 minuto per lato».

+

Generoso negroamaro

Molto bevibile e caldo come tanti rosati del Sud Italia, il **Cantalupi 2017 di Conti Zecca** è ideale, a tavola, con antipasti di pesce saporiti, salumi, carni bianche e soprattutto con zuppe di pesce. Dà il meglio di sé servito molto fresco, ma non freddo, sui 12 °C.

Cosa dire per darsi un'aria da esperti: fatto con il vitigno salentino negroamaro, più una piccola percentuale di altre uve comuni nella zona, ha colore intenso e profumi di fiori e frutta matura, tra cui spiccano la ciliegia e la prugna.

7 euro – contizecca.it

Sformatini di melanzane

«La melanzana è uno dei fondamentali della cucina estiva. L'ho scelta come protagonista in un piatto da preparare il **giorno prima**. Per prima cosa, bucherello con una forchetta la buccia di 4 melanzane, le condisco con un filo di olio e un pizzico di sale e le cuocio in forno a 170 °C, con un paio di spicchi di aglio, per 35-40 minuti. Faccio raffreddare, recupero la polpa e la frullo con 3 cucchiai di formaggio grattugiato, un po' di timo e maggiorana, olio e sale. Scaldo 50 g di panna fresca e vi sciolgo 3 fogli di gelatina alimentare, già ammollati in acqua e strizzati; aggiungo altri 50 g di panna fredda e il purè di melanzane. Distribuisco il composto in stampini rotondi e lascio riposare in frigo per almeno 2 ore. Per le cialde mescolo una radice di curcuma fresca, sbucciata e grattugiata, 100 g di formaggio grattugiato e 1 cucchiaino di semi di sesamo nero; stendo il composto sulla carta da forno creando una cialda di 1 millimetro di spessore e lo cuocio per un paio di minuti al microonde alla massima potenza, quindi spezzetto la cialda in modo irregolare e la uso per guarnire lo sformatino».

+

Dalle uve di Maremma

Sangiovese rosato «quasi di mare», il **Litorale Rosato 2017 di Val delle Rose** è un vino di classe ideale per piatti vegetariani, dalla pasta al pomodoro alle verdure al forno, ma anche per le ricette di pesce più intense. Servitelo sui 10 °C.
Cosa dire per darsi un'aria da esperti: le vigne sono a breve distanza dalla costa e la presenza del mare si sente anche nel vino, nella sua freschezza quasi salina e nei profumi di frutta e di macchia mediterranea.
11 euro – valdellerose.it

ELIO SIRONI

Dalla Brianza, dove è nato, ai viaggi per conoscere le cucine del mondo, fino alla gestione di importanti ristoranti, come quelli dell'Hotel Bulgari di Milano e dell'Hotel Pitrizza in Costa Smeralda. Oggi, al **Ceresio 7** a Milano, propone una cucina fortemente legata alla tradizione italiana, in cui coniuga sostanza e raffinatezza. *ceresio7.com*

Astice e melone

«Ecco la mia versione di uno dei piatti più amati dagli italiani: al posto del prosciutto crudo metto l'astice, che cuocio in acqua aromatizzata con foglie di sedano e zenzero (per 6 minuti la coda e per 8 minuti le chele). Una volta eliminati i gusci, lascio marinare la polpa per almeno 20 minuti in un condimento a base di olio extravergine di oliva, aceto balsamico, il succo di mezza arancia con la sua scorza grattugiata, e qualche grano di pepe di Sichuan. Per una **presentazione d'effetto**, taglio il melone in due modi: a fettine sottili e a piccole palline, con l'aiuto di uno scavino. Completo il piatto con spicchi di pomodoro costoluto, conditi con sale di Maldon e lemon grass grattugiato».

Bollicine di Franciacorta

Da una cantina storica, il **Brut Rosé '61 di Berlucchi** ha la struttura giusta per primi piatti a base di formaggi e verdure, e per tutte le ricette con i crostacei. Servitelo ben freddo, tra 6 e 8 °C.
Cosa dire per darsi un'aria da esperti: da uve pinot nero e chardonnay, ha una spuma cremosa e profumi di frutti di bosco. *22 euro – berlucchi.it*

L’ABC dei rosati

SARANNO FAMOSI
I millennials di tutto il mondo ne vanno pazzi: un bicchiere di rosato all’ora dell’aperitivo nei bar di Berlino, Parigi o Singapore è l’ultima tendenza. In Italia, la «rosatomania» non è ancora esplosa e, per incoraggiarla, i cinque consorzi delle zone storiche di produzione hanno stretto un patto di promozione comune, presentato durante l’ultima edizione di Vinitaly.

DA DOVE VENGONO
I vini rosati, sia fermi sia in versione spumante, si producono un po’ in tutta Italia, ma ci sono alcune zone che vantano una lunga storia a riguardo. Per le bollicine vincono i territori che producono un buon pinot nero e che possono vantare una solida tradizione spumantistica, come l’Oltrepò Pavese, la Franciacorta e il Trentino.

Per i rosati fermi, invece, sono cinque le denominazioni da tenere a mente: Valtènesi Chiaretto e Bardolino Chiaretto, sul Lago di Garda, Cerasuolo in Abruzzo, Castel del Monte e il Salento, in Puglia.

COME NASCONO
Per produrre un rosato occorre partire da uve a bacca scura. Le sostanze che «coloreranno il vino» si trovano, infatti, nella buccia dell’acino: un breve contatto con il mosto darà vita a un vino rosato, se il contatto è prolungato, invece, si avrà un vino rosso.

IL SAPORE
In generale si tratta di vini fragranti e freschi, grandi compagni della tavola e proposti spesso con un ottimo rapporto tra la soddisfazione e il prezzo. I vini fermi vanno bevuti entro un paio di anni dalla vendemmia, le bollicine Metodo Classico invecchiano con grazia ed eleganza.

Cialde con pesche e gorgonzola piccante

«Sbuccio 2 pesche bianche, le taglio a cubetti e le faccio marinare per 2 ore con pepe verde, 1 cucchiaino di foglie di timo, un baccello di vaniglia, 20 g di zucchero, il succo di ½ limone e la scorza grattugiata di ½ lime. Mescolo 200 g di gorgonzola piccante con 2 gambi di sedano verde a cubetti, lo distribuisco in stampi sferici e lo metto in frigo per 1 ora. Per le cialde, porto a bollore 1 litro di acqua con 1 cucchiaino di curry in polvere, 1 di curcuma e 200 g di tapioca, regolo di sale e cuocio per 30 minuti. Poi stendo il composto su una placca rivestita di carta da forno formando una **sfoglia sottile** che faccio essiccare in forno a 90 °C per 3-4 ore; da fredda, la spezzo e friggo le cialde in olio di semi rovente per pochi secondi. Le servo con pesche e gorgonzola, buoni anche con cialdine soffiate già pronte».

Rosato dal Lago di Garda

Mineralità e grinta per il **Valtènesi Chiaretto Roseri 2017 di Cà Maiol**, da abbinare a piatti a base di pesce di acqua dolce e alla pizza Margherita. Servitelo freddo, a 8-10 °C.
Cosa dire per darsi un’aria da esperti: si produce lasciando le bucce delle uve groppello, marzemino, sangiovese e barbera a contatto con il mosto per una notte.
10 euro – camaiol.it

Bocconcini di patate e mozzarella

«Per una ricetta sfiziosa che piace sempre molto, mescolo 250 g di polpa cotta di patate con 40 g di farina, 1 tuorlo, un pizzico di sale, una grattugiata di scorza di limone e una di zenzero. Stendo l'impasto con il matterello e vi distribuisco sopra 150 g di mozzarella di bufala, sfilacciata e tamponata con carta da cucina; arrotolo a mo' di cannellone e taglio in rocchetti di circa 6 cm. Li arrostisco in una padella con un filo di olio per 1-2 minuti. Pulisco una ventina di **cozze**, le apro in una padella con un filo di olio, le sguscio e le condisco con poco succo di limone, un filo di olio e una macinata di pepe. Servo i bocconcini di patate con le cozze e qualche acciuga sott'olio tritata e condita con un pizzico di peperoncino in polvere».

+

Cerasuolo d'Abruzzo

Zuppe di pesce, pasta al pomodoro, formaggi freschi e pesci affumicati sono i piatti con cui servire il **Rosa-ae 2017 di Torre dei Beati**, freddo, ma non freddissimo, sui 10-11 °C.
Cosa dire per darsi un'aria da esperti: il colore ciliegia brillante preannuncia profumi di frutti rossi e melagrana. Il sapore «succoso» e sapido invoglia a bere.
9,50 euro – torredeibeati.it

L'AFFETTO È FATTO A MANO

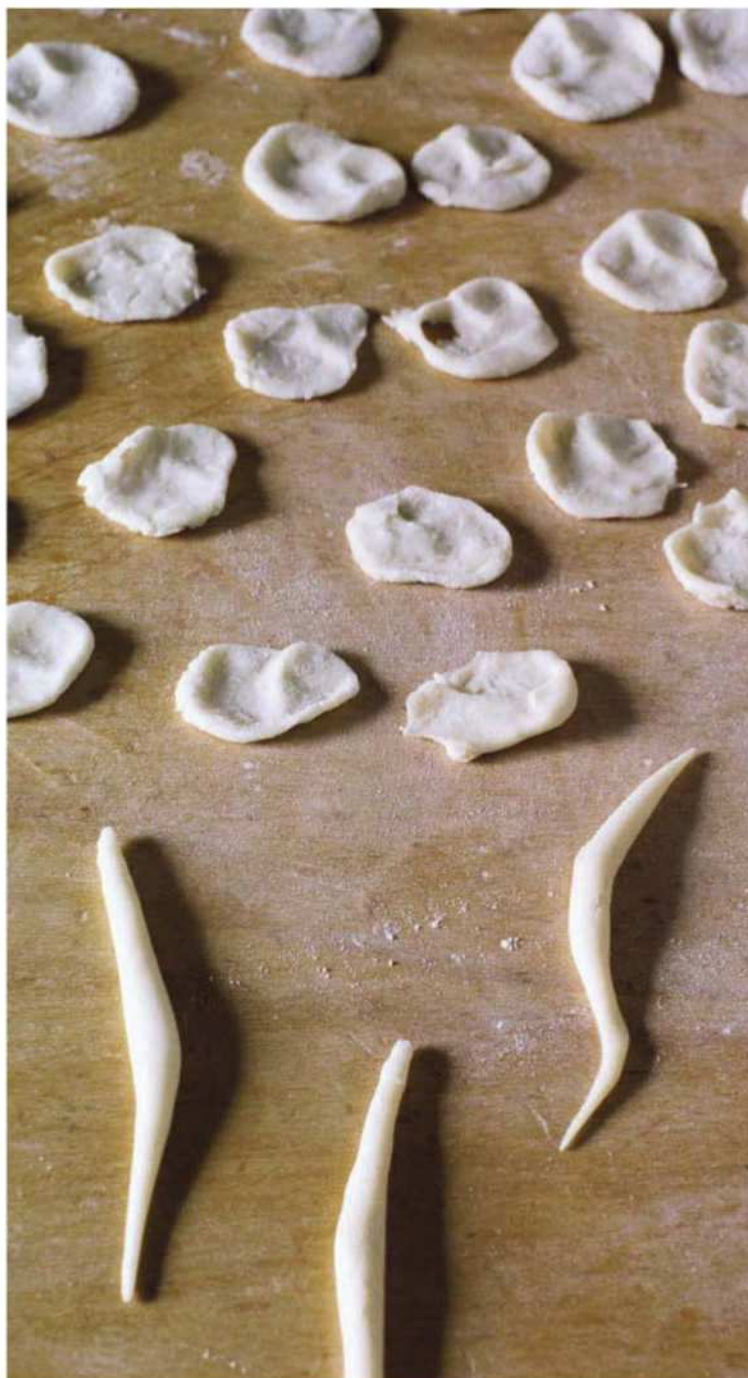
I gesti di Annamaria raccontano la storia di Carloforte e della sua famiglia in tre formati di pasta

Testi FIAMMETTA FADDA, Foto GIACOMO BRETZEL

«Che cosa prepara oggi il ristorante a cinque stelle?». Sono sposati da una vita e questa è la domanda che Andrea telefona ad Annamaria ogni giorno tornando a casa dalla campagna o dalla pesca. Forse il vecchio detto che un uomo si conquista (e, soprattutto, si conserva) a tavola non è poi così datato.

«Con un sugo semplice di pomodoro o di verdure dell'orto», dice lei modesta. Sì, ma quale pasta? «Le nostre: curzetti o maccaruin o cazzulli». Sono i formati tipici di Carloforte, la piccola «capitale» dell'Isola di San Pietro a sud della Sardegna da cui Annamaria non si è mai mossa e a cui il marito è tornato. Lì è nata, si è sposata, ha avuto due figli e adesso, oltre a essere amatissima dai nipoti, è richiesta per cene e pranzi con gli amici per quelle **specialità** apprese dalla nonna: le cipolle fritte e ripiene, la frittura di pesciolini, la ciambella. Ma soprattutto la pasta tirata a mano.

«Ci mettevano una seggiolina sotto i piedi e ci davano un pezzo di impasto per imparare». Di acquistare maccheroni o spaghetti non si parlava neanche, perché da quelle parti una moglie è intiera solo quando porta in tavola al marito un piatto di pasta perfetta fatta con le proprie mani e condita come Dio comanda. Annamaria, poi, si è ritrovata con un marito un po' speciale, estroverso, giramondo, partito prestissimo dal paese come operaio motorista sulle navi e poi sempre lontano fino al momento della pensione.

Anche adesso «Andreino», come lo chiamano in paese, resta un personaggio anomalo rispetto al rigore isolano. Esibisce un ottimo francese a testimonianza del suo passato internazionale, nelle sere d'estate con un gruppo di amici anima il centro con «serenate», è una delle voci portanti del coro in chiesa. Annamaria lo segue nelle messe cantate della domenica con la bellissima Ave Maria in dialetto. Dopo non deve mancare un piatto di curzetti.

Annamaria Napoli, il marito Andrea, per gli isolani «Andreino», e il figlio Agostino che fa il panettiere in paese. A sinistra, i curzetti e i maccaruin e, sotto, i cazzulli di Carloforte.

Curzetti, maccaruin, cazzulli: conditeli così

In un angolo della cucina c'è il «serneggiu», lo strumento fatto di giunchi a metà tra chitarra e canestro, che dà la rigatura ai cazzulli, parenti degli gnocchi piemontesi per forma e dei malloreddus sardi per l'impasto. Un omaggio a Carlo Emanuele III, re di Sardegna, che regalò l'isola, allora disabitata, alla colonia di genovesi esuli dall'isola di Tabarka, vicino alla costa tunisina. Difatti un secondo formato locale sono i curzetti, dischetti ricavati dalla sfoglia impressa con le dita, parenti anche nel nome dei corzetti liguri della Riviera di Levante. Infine i maccaruin, maccheroni, arrotolati a forma di girino cavo all'interno, lungo una diecina di centimetri, riportano al latino arcaico che chiamava così qualsiasi tipo di impasto di cereali e acqua.

D'estate, zucchine, fagiolini, «facusse», la varietà di cetrioli allungati e ritorti, dolci e dissetanti importati secoli fa dalla Tunisia; in autunno, conserva di pomodori e funghi; d'inverno, cavolfiori, cavolo cappuccio, fave secche; in primavera, piselli, fave fresche. In tutte le stagioni: aglio, basilico, maggiorana. Il sugo più gustoso però prevede il tonno, la vera ricchezza dell'isola. Per condire, la saggezza popolare non ne usa le parti pregiate ma la buzzonaglia, cioè la polpa a ridosso della lisca centrale, scura, meno nobile, di sapore intenso e perciò adattissima a creare un intingolo saporito. Nei mesi estivi la si trova fresca dai pescivendoli locali, tutto l'anno sott'olio. Mettetela in padella con un fondo di pomodori passati, insaporiti con poca cipolla e un po' di maggiorana. A parte fate una salsa verde con un mazzo di basilico, olio, sale. Saltate la pasta cotta al dente nel sugo, spegnete, aggiungete la salsa verde e pecorino. Mescolate, portate subito in tavola.

DAVANTI ALLA TV

A casa c'è la partita che vi aspetta. Oppure un film o la vostra serie preferita. Non serve la spesa per preparare due golosità da gustare con amici e famiglia, tutti insieme sul divano

Ricette **CESARE GASPARRI**, Testi **LAURA FORTI**, Foto **RICCARDO LETTIERI**, Styling **BEATRICE PRADA**

I NOSTRI «INDISPENSABILI»

✓*In rosso gli ingredienti utilizzati in queste ricette*

- ☐ ACCIUGHE
- ☑ ACETO
- ☐ AGLIO
- ☐ BISCOTTI
- ☐ BURRO
- ☐ CACAO
- ☐ CAFFÈ
- ☐ CAPPERI
- ☐ CIPOLLA
- ☑ ERBE AROMATICHE
- ☐ FARINA 00
- ☐ FORMAGGIO GRANA
- ☑ LATTE
- ☑ LEGUMI IN SCATOLA
- ☐ LIEVITO PER DOLCI
- ☑ LIMONE
- ☐ MIELE
- ☑ OLIO EXTRAVERGINE
- ☐ OLIVE
- ☐ PANE O CRACKER
- ☐ PASTA
- ☑ PATATE
- ☑ PEPE
- ☐ PEPERONCINO SECCO
- ☑ POLPA O PASSATA DI POMODORO
- ☑ RISO
- ☑ SALE
- ☐ SENAPE
- ☐ TONNO IN SCATOLA
- ☑ UOVA
- ☑ ZUCCHERO

Hamburger di ceci e ketchup artigianale

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

PER GLI HAMBURGER
230 g patate – 375 g ceci lessati
2 tuorli – salvia – pepe – sale
olio extravergine di oliva
PER IL KETCHUP
250 g passata di pomodoro
80 g zucchero – 60 g aceto – sale
PER LE PATATINE
700 g patate
olio extravergine di oliva – sale

PER GLI HAMBURGER
Lessate le patate con la buccia in acqua non salata per 30-35 minuti dal bollore. Scolatele, pelatele e schiacciatele.
Frullate i ceci grossolanamente e poi impastateli con le patate, i tuorli, 5 foglie di salvia spezzettate, 1 cucchiaio di olio, sale e pepe.
Modellate l'impasto ottenuto in 4 hamburger, con un anello (ø 7,5 cm).
Cuoceteli in padella con un filo di olio per 15 minuti, voltandoli a metà cottura.
PER IL KETCHUP
Preparatelo mentre cuociono le patate per gli hamburger: sciogliete in una casseruola lo zucchero per 1-2 minuti, aggiungete l'aceto a fuoco spento, poi riaccendetelo per sciogliere i grumi che si saranno formati.
Unite la passata e 50 g di acqua e fate cuocere per 8-10 minuti. Spegnete e salate.
PER LE PATATINE
Pelate le patate, tagliatele a fiammifero e lavatele in abbondante acqua per eliminare l'amido, quindi asciugatele.
Friggetele in olio caldo per 5-6 minuti, scolatele su carta da cucina e salatele.
Servitele con l'hamburger e la salsa.

Risolatte al profumo di menta e limone

Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

650 g latte – 200 g riso
30 g zucchero
1 limone – menta – sale

Tostate il riso in una casseruola, senza aggiunta di grassi per 2 minuti.
Bagnatelo con circa 400 g di latte caldo.
Aggiungete lo zucchero, un pizzico di sale e la scorza grattugiata del limone, quindi portate a cottura il riso aggiungendo il latte rimanente, poco per volta, in 18-20 minuti.
Spegnetelo quando è ancora cremoso. Profumatelo con la menta e servitelo tiepido.

Per completare il risolatte, aggiungete un elemento croccante: noi abbiamo scelto pistacchi sgusciati e sminuzzati.

LO YOGURT DELLE ALPI

È prodotto con il latte proveniente giornalmente da circa 5000 aziende agricole dell'Alto Adige a conduzione familiare, situate tra gli 800 e i 2000 metri di altitudine e lavorato a 24 ore dalla mungitura: ecco come nasce uno yogurt straordinario e naturalmente buono.

La purezza della materia prima garantisce un alimento ideale per tutta la famiglia, anche in una linea senza lattosio. Dedicato a chi soffre di intolleranze alimentari, lo yogurt delattosato è in realtà adatto a tutti per la sua alta digeribilità. Complice il latte 100% Alto Adige, munto da animali nutriti in modo naturale, senza organismi geneticamente modificati, lo yogurt Alto Adige regala un sapore unico, ed è buono da solo e molto versatile in cucina. Stuzzicante nella macedonia, fresco e cremoso nei frullati, provatelo anche per realizzare dolci soffici e leggeri e, perché no, per condire l'insalata e piatti di pesce. Scoprirete una bontà a tutto tondo.

IL MARCHIO DELLA QUALITÀ GARANTITA
Il marchio Qualità Alto Adige/Südtirol è sinonimo di:

- Provenienza del latte solo da aziende agricole montane altoatesine
- Controlli di qualità dalla mungitura a tutte le fasi di lavorazione
- Alimentazione 100% naturale del bestiame, no OGM
- Benessere e salute animale

CENTRIFUGATO DI SEDANO E ANANAS

Stiamo freschi

Ricette CESARE GASPARRI e JOËLLE NÉDERLANTS,
Testi LAURA FORTI e ANGELA ODONE,
Foto RICCARDO LETTIERI, Styling BEATRICE PRADA

Unica regola: vietato accendere forno e fornelli. Risultato: piatti (e bevande) deliziosamente strategici contro il grande caldo

FRULLATO DI FRUTTA ALL'ACQUA DI ROSE

TORTA GELATO ALLA PESCA

JOËLLE NÉDERLANTS
Belga di origine ma italianissima per scelta, è innamorata della nostra gastronomia che ha imparato a conoscere dedicandosi soprattutto alla pasticceria. Le ricette senza cottura le piacciono perché le consentono di utilizzare tanta frutta preservandone tutte le qualità, che non vengono modificate dal calore.

CESARE GASPARRI
Marchigiano amante del tortellino, ha apprezzato questa «sfida» senza fornello perché, sostiene, gli alimenti crudi non concedono scorciatoie alla qualità: si gustano nella loro essenza, con pochissimi veli, perciò devono essere sopraffini. E bastano piccole aggiunte ben studiate per valorizzarne il sapore.

Centrifugato di sedano e ananas

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 10 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g polpa di ananas
300 g carote pelate
300 g sedano mondato
limone

Tagliate a tocchi carote, sedano e ananas.
Centrifugate tutto con il succo di mezzo limone. In alternativa, potete preparare un frullato e poi filtrarlo.
Servite la bibita molta fredda.

Frullato di frutta all'acqua di rose

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 15 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

500 g polpa di anguria
250 g fragole
100 g litchi sciroppati
100 g lamponi
100 g yogurt intero
zucchero – acqua di rose

Eliminate i noccioli dei litchi e i semi dell'anguria.
Frullate tutti gli ingredienti con 3-4 cucchiai di zucchero e 3 cucchiai di acqua di rose. Servite subito in bicchieroni ghiacciati.

Torta gelato alla pesca

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti più 2 ore di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

PER LA BASE
100 g cioccolato bianco
100 g biscotti secchi tipo digestive
50 g albicocche disidratate
50 g anacardi salati
PER IL GELATO
400 g latte
400 g polpa di pesca
150 g zucchero
100 g panna fresca

PER LA BASE
Tagliate a pezzetti il cioccolato bianco e le albicocche e frullateli con gli anacardi fermandovi quando avrete ottenuto una polvere; unite quindi i biscotti spezzettati e frullate ancora finché il composto non incomincerà a diventare pastoso.
Stendete un foglio di carta da forno su una placchetta, accomodatevi un anello (ø 16 cm) e distribuite all'interno il composto pressandolo in uno strato spesso almeno 1 cm. Potete usare il batticarne per compattarlo bene. Mettete a raffreddare in frigorifero per 1 ora circa.
PER IL GELATO
Frullate tutti gli ingredienti, versate nella gelatiera e avviate l'apparecchio.
Riempite l'anello con il gelato, livellate la superficie e mettete in freezer la torta per almeno 1 ora. Tiratela fuori e aspettate 10 minuti prima di sformarla.
Decoratela a piacere con frutta fresca, anacardi salati, interi e in granella, erbe aromatiche e fiori.

Melone, feta e frutta secca

Cuoco Cesare Gasparri
Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg melone
300 g feta – 150 g cetriolo
100 g ribes
30 g mandorle sgusciate con la pelle
30 g noci pecan sgusciate
30 g nocciole tostate
maggiorana – sale – pepe
olio extravergine di oliva

Pulite il melone e tagliatelo a pezzetti irregolari. Sbucciate il cetriolo e tagliatelo a nastri sottili, possibilmente con una mandolina o con un pelapatate.
Spezzettate la frutta secca e la feta; sgranate il ribes.
Mescolate tutti gli ingredienti in una insalatiera e conditeli con sale, olio e pepe. Completate con foglioline di maggiorana.

Insalata di lattuga e avocado con salsa alla curcuma

Cuoco Cesare Gasparri
Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g lattuga pulita
200 g peperoni rossi e gialli
120 g maionese

→

RITRATTI R. LETTIERI, G. BRETZEL

MELONE,
FETA E FRUTTA SECCA

INSALATA DI LATTUGA E AVOCADO
CON SALSA ALLA CURCUMA

50 g rucola pulita
2 avocado
semi di zucca
curcuma in polvere
aceto
sale – pepe

Tagliate a pezzetti la lattuga; tagliate ad anelli i peperoni.
Mondate gli avocado e tagliateli a pezzetti.
Raccogliete la lattuga e l'avocado in una ciotola con la rucola spezzettata e una manciata di semi di zucca.
PER LA SALSA
Mescolate la maionese con 80 g di acqua, 2 cucchiaini di curcuma, sale, pepe e un cucchiaio di aceto.
Condite l'insalata con questa salsa, e accompagnatela a piacere con schiacciatine o pane tostato.

Tagliolini di daikon al pesto di pomodori

Cuoco Cesare Gasparri
Impegno Medio
Tempo 30 minuti più 6 ore di riposo
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g un pezzo di daikon lungo almeno 15 cm
140 g pomodori secchi
25 g pinoli sgusciati
pistacchi sgusciati – pepe
olio extravergine di oliva

PER I TAGLIOLINI
Tagliate il daikon in nastri sottili (l'ideale sarebbe farlo con una mandolina); tagliateli poi a striscioline con un coltello, ottenendo i tagliolini. Tagliandolo a mano con un coltello ben affilato, otterrete tagliolini simili agli spaghetti alla chitarra.
Metteteli a bagno per 10 minuti in acqua ghiacciata, poi scolateli e asciugateli tamponandoli con carta da cucina.
PER IL PESTO DI POMODORI
Mettete a bagno i pomodori secchi in acqua per almeno 6 ore, in modo da reidratarli. Scolateli e asciugateli, quindi sminuzzateli molto finemente con un coltello insieme con i pinoli e poi mescolate il trito con 4 cucchiai di olio.
Condite i tagliolini di daikon con questo pesto, completando con un filo di olio, qualche pistacchio sminuzzato e pepe.

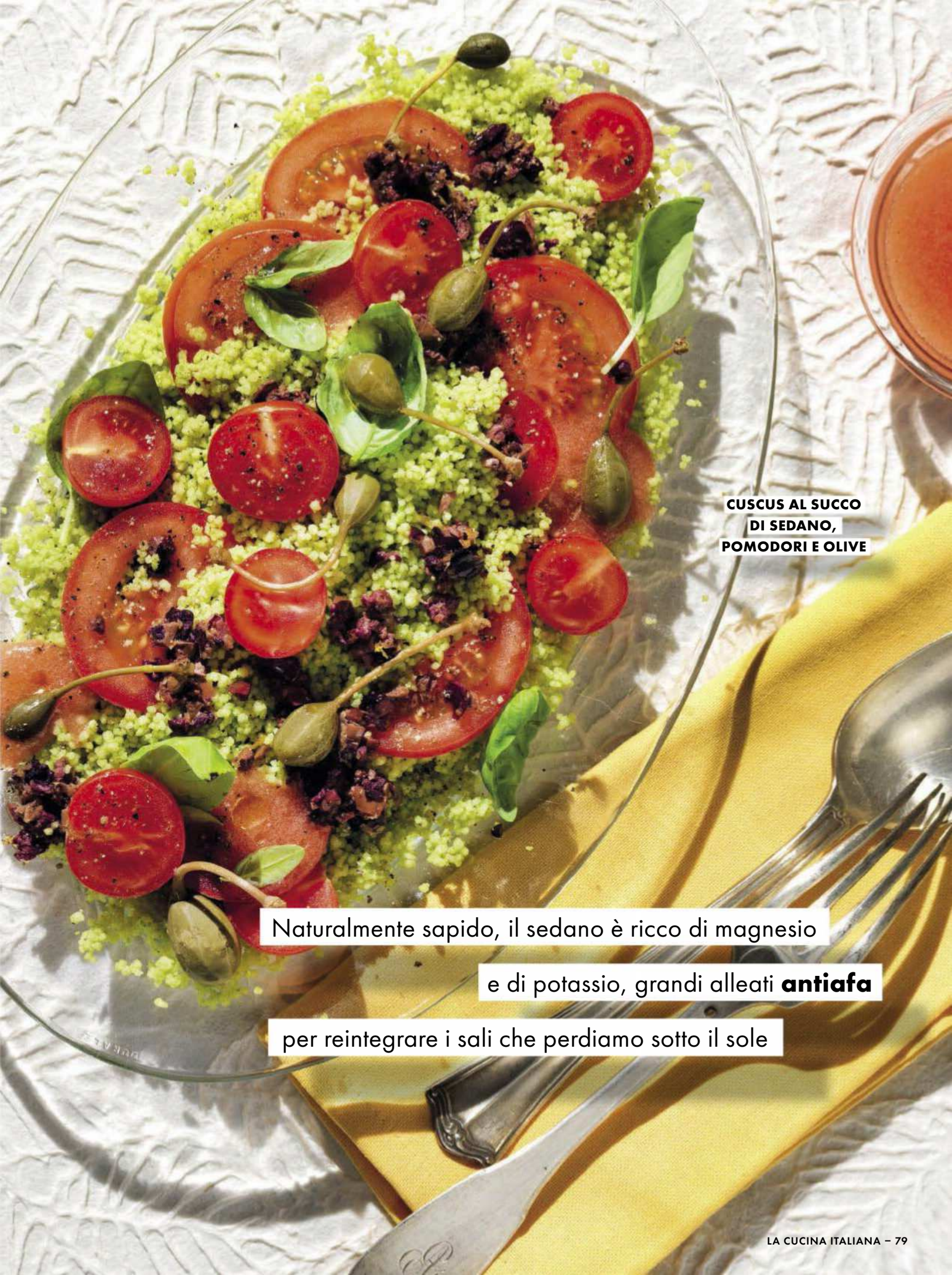
TAGLIOLINI DI DAIKON AL PESTO DI POMODORI

Cuscus al succo di sedano, pomodori e olive

Cuoco Cesare Gasparri
Impegno Medio
Tempo 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

550 g sedano
250 g cuscus precotto
40 g olive taggiasche snocciolate
12 cucunci (frutti del cappero) col gambo
10 pomodorini ciliegia
3 pomodori ramati
limone – basilico
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER IL CUSCUS
Tenete da parte qualche foglia del sedano e mettete tutto il resto nell'estrattore. Pesate poi 400 g di succo e aggiungetelo al cuscus; salatelo leggermente e lasciatelo reidratare per circa 30 minuti. Se non avete l'estrattore, frullate il sedano, aggiungendo pochissima acqua, e filtrate il frullato in un setaccio fine, ottenendo il succo.
PER IL CONDIMENTO
Tagliate a pezzi 2 pomodori ramati e frullateli con il mixer a immersione; filtrate ricavandone l'acqua.
Tagliate a fette il pomodoro rimasto e a metà i pomodorini e condite tutto con un filo di olio, sale e pepe.
Tritate le olive e profumatele con la scorza grattugiata di mezzo limone.
Sgranate il cuscus con una forchetta e conditelo con i pomodori, le olive, i cucunci e l'acqua di pomodoro, mescolata all'ultimo momento. Completate con foglioline di sedano spezzettate e basilico fresco.
Da sapere Per evitare che l'acqua di pomodoro si separi, potete addensarla con la xantana, o gomma xantana: una polvere da usare senza bisogno di scaldare il liquido. Di origine vegetale, si ottiene dalla fermentazione di glucosio o saccarosio, e si può trovare in farmacia, nei negozi di specialità biologiche e in alcuni supermercati ben forniti. Unitene ½ cucchiaino a 150 g di acqua di pomodoro e frullatela ottenendo una salsa cremosa.

CUSCUS AL SUCCO DI SEDANO, POMODORI E OLIVE

Naturalmente sapido, il sedano è ricco di magnesio e di potassio, grandi alleati **antiafa** per reintegrare i sali che perdiamo sotto il sole

Il **pesce crudo** è leggero e molto digeribile, ma è molto importante acquistarlo già «abbattuto» oppure pulirlo e tenerlo in freezer per 4 giorni

CARPACCIO DI SPIGOLA CON SALSA ROSSA AL FRUTTO DELLA PASSIONE

Carpaccio di spigola con salsa rossa al frutto della passione

Cuoco Cesare Gasparri
Impegno Facile
Tempo 30 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g filetto di spigola adatto al consumo crudo (abbattuto)
100 g fragole
4 frutti della passione
aceto di mele
erba cipollina
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER LA SPIGOLA
Spellate il filetto di spigola e tagliatelo in fettine molto sottili, tenendo la lama del coltello obliqua.
PER LA SALSA
Mondate le fragole, tenetene da parte qualcuna per la decorazione; tagliate le altre a pezzetti e mettetele in un frullatore insieme alla polpa di 2 frutti della passione. Frullate tutto insieme, con 1 cucchiaio di aceto, un filo di olio, sale e pepe. Infine setacciate il frullato per eliminare i semi.
Condite il carpaccio con la salsina e con la polpa dei frutti della passione rimasti. Completate con un filo di olio, pepe ed erba cipollina a rondelline.

Tartare di manzo con senape e pesca

Cuoco Cesare Gasparri
Impegno Facile
Tempo 20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g polpa di manzo (noce)
2 pesche noci
salsa di soia
miele
senape
cetriolini mignon
erbe aromatiche
olio di semi di sesamo
olio extravergine di oliva
sale
pepe

PER LA TARTARE
Pulite la carne da eventuali nervature o parti grasse, quindi tagliatela a dadini piccolissimi con un coltello.
Tagliatele a dadini della stessa dimensione le pesche noci; mescolatele con la carne; condite tutto con un filo di olio extravergine e un pizzico di sale.
PER LA SALSA
Mescolate con una frusta 2 cucchiaini di senape, 3 cucchiai di salsa di soia, 2 di miele e 2 di olio di semi di sesamo (in alternativa usate l'extravergine).
Versate ¾ della salsa nella carne e mescolatela, per condirla bene.
Distribuitela nei piatti, mettendola in forma, a piacere, con un anello.
Servitela completando con la salsa rimasta, pepe, erbe e fettine di cetriolini.

TARTARE DI MANZO CON SENAPE E PESCA

Tavolozza con cupolette ghiacciate

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 40 minuti
più 3 ore di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

300 g panna fresca
250 g lamponi
200 g polpa di albicocche
120 g zucchero semolato
zucchero a velo
limone – lime
muesli croccante al cioccolato
menta

Frullate 200 g di lamponi con 60 g di zucchero e 80 g di acqua. Frullate anche le albicocche a pezzetti con 60 g di zucchero, il succo di ½ limone e 80 g di acqua. Distribuite i due frullati nelle formine per il ghiaccio e mettete in freezer per 3 ore. Noi abbiamo usato stampi multipli di silicone a forma di mezza sfera (ø 3-5 cm).
Montate la panna con 2 cucchiai di zucchero a velo.
Distribuite in 4 piatti 6 pezzi assortiti di ghiaccioli ciascuno. Completate con i lamponi rimasti, ciuffi di panna montata, una grattugiata di lime, muesli croccante al cioccolato e foglioline di menta.

A mente fredda

Scegliete i giusti alleati in cucina per frullare, congelare e «spiralizzare». Esaltando le virtù degli ingredienti

Ci vuole meno di un'ora per preparare circa 700 g di gelato con *Il gelataio ICK5000* di **De' Longhi**. Il cestello che si estrae, la pala per mantecare e il coperchio trasparente si possono lavare in lavastoviglie. 320 euro. *delonghi.com*

La linea 50s Style di **Smeg** si arricchisce del nuovo *frullatore a immersione HBF02*. Il set di accessori che lo completa comprende tritatutto, schiacciaverdure, frusta in acciaio inox e caraffa graduata. 149 euro. *smeg.it*

L'estrattore *Viva Collection* di **Philips** ricava fino all'80% di succo da frutta e verdura, anche da quella a foglia verde come spinaci o cavoli. La forma è compatta ed è molto facile da pulire. 199,99 euro. *philips.it/cucina*

Pappardelle, linguine oppure spaghetti. Sì, ma di verdura. Si ottengono con lo *Spiralizer* elettrico di **Kenwood** in tre diverse larghezze. Per preparare insalate e piatti vegetariani originali e colorati. 80 euro. *kenwoodworld.com*

Ha tre programmi preimpostati per fare succhi, smoothies e zuppe, 11 velocità regolabili e la caraffa termica. Si chiama *Power Plus Artisan* il frullatore di **KitchenAid**. 899 euro. *kitchenaid.it*

Come si riescono a tagliare, in poche mosse, l'anguria e il melone? Con l'*Affetta melone e anguria* di **Tescoma**, pratico da usare per ottenere cubetti o lunghe fette. 9,90 euro. *tescomaonline.com/it*

CRUDO E SICURO: ECCO COSA FARE

Maximilian Bircher-Benner, medico svizzero pioniere della ricerca in campo nutrizionale, all'inizio del XX secolo elaborò la **teoria** che è alla base del pensiero crudista: mangiare frutta e verdura crude permette di assumere l'energia che le cellule vegetali assorbono dai raggi solari. La prova scientifica che sia vero non esiste, di sicuro alcuni cibi crudi hanno più nutrienti di quelli cotti (per esempio le vitamine). In **pratica**, per goderne al meglio, scegliete solo ingredienti freschissimi, bio, di provenienza certa e in perfette condizioni di conservazione. Mondateli e lavorateli il prima possibile. Consumateli entro breve tempo: il giorno stesso o al massimo il successivo. E prestate attenzione alla «catena del freddo» evitando di esporre gli ingredienti a sbalzi di temperatura.

IL SIGNORE DEL PESCE

Leggera, etica e contemporanea. Così Moreno Cedroni riassume i valori della sua cucina, quasi tutta di mare. «Per riuscirci servono qualità, rispetto per le persone e continua volontà di migliorare», in tutto quello che si fa, ogni giorno, dalla mattina alla sera

Testi LAURA FORTI, Foto LORENZO CICCONI MASSI

Non è facile descrivere una «giornata tipo» di Moreno Cedroni, il cuoco marchigiano che ha saputo re-inventare la cucina di pesce, tra Senigallia e Portonovo. A 54 anni, Moreno ha una moglie, Mariella, e una figlia, Matilde. E altri quattro figli: due ristoranti, una bottega e un laboratorio. La sua vita, quindi, si divide tra questi luoghi che lui supervisiona, tutti con la stessa cura e soprattutto con la stessa passione, ma non sempre con gli stessi orari. Ci sono però delle priorità e delle costanti e la più importante, ci tiene a sottolineare, è il dialogo «sempre e con tutti i collaboratori che a vario titolo lavorano con me». Moreno abita a Senigallia, a pochi passi dal suo primo ristorante, la Madonnina del Pescatore, oggi due stelle Michelin, dove lavora dal 1984. Poco lontano si trovano, dal 2003, Anikò, la sua salumeria ittica, e Officina, il laboratorio nel quale produce conserve a base di pesce. Bisogna scendere più a sud di una cinquantina di chilometri, invece, per raggiungere il suo secondo ristorante, Il Clandestino Susci Bar, aperto nel 2000 nella baia di Portonovo, vicino ad Ancona. In questa geografia, abbiamo provato comunque a seguire Moreno: gli orari sono, diciamo, orientativi. I principi, invece, ferrei.

8.00 Iniziare concentrati

Se non ci sono appuntamenti speciali, di solito questa è l'ora della sveglia. «Dopo la colazione, mi metto per un'oretta al computer, per controllare e-mail e risolvere questioni organizzative. È un lavoro importante e che richiede concentrazione, e il mattino è il momento ideale per farlo».

9.30 In sala riunione

Arrivato al ristorante Madonnina, lo chef convoca il suo «stato maggiore» e, come si può vedere dalla foto a destra, in basso, può scegliere una sala riunioni davvero fuori del comune! «Per prima cosa faccio il punto della situazione con il mio stato maggiore: il mio sous chef, Luca Abbadir, il junior sous chef Matteo Mastrogiacomi e la pasticciera Ludovica Feruglio. E poi si parte».

10.30 Al mercato

Dal lunedì al venerdì Cedroni si reca personalmente al mercato del pesce di Senigallia. Il 50 per cento della materia prima arriva da lì (il resto proviene dal grande mercato di Ancona). «Anni fa andavo anche all'asta del pesce, al mercato di Ancona, alle 4 del mattino. Ora cerco

di conservare il meglio delle mie energie per i miei collaboratori e, del resto, qui a Senigallia trovo tutto quello che mi serve: sogliole, seppie, rombi di prima scelta, in un mercato più piccolo, dove mi piace avere contatti con le persone».

12.00 Pranzo veloce

«Mangio poco e spesso, ma alle 12 mi unisco alla brigata. Pranzo in piedi, così mi mantengo leggero. Alle 12.30 inizia il servizio, e sappiamo sempre quando comincia, ma non quando finisce! I nostri clienti si trovano bene da noi e può capitare che, pur a cucina ferma (chiude alle due e un quarto) si trattengano a chiacchierare in sala fino alle quattro, le cinque. Ne siamo contenti. L'ospitalità e l'accoglienza, e quindi tutto il lavoro di sala, sono importantissimi per me; dedichiamo profonda attenzione a questa parte del nostro lavoro, fondamentale tanto quanto la cucina. C'è mia moglie che supervisiona tutto alla Madonnina».

16.00 La siesta

«Sì, mi concedo una mezzoretta di riposo: per reggere 12 ore di lavoro è indispensabile. Mi consente di rimanere "adrenalinico", per motivare le mie squadre: ho 20 persone alla Madonnina, altre 20 al Clandestino, 7-8 ad Anikò, e il mio scopo è migliorare giorno dopo giorno. Se non do io l'esempio... Dopo la siesta, non manco mai di passare da Anikò, per un veloce controllo con il personale. E faccio un salto al laboratorio, per supervisionare la produzione. Hobby? Non più: giocavo a tennis ma ho appeso la racchetta, andavo a pesca ma ho appeso la canna. Oggi dedico tutte le mie energie al personale, ai fornitori, ai produttori».

Dall'alto, Moreno Cedroni al mercato di Senigallia e ai fornelli della Madonnina del Pescatore; gli gnocchetti di mare e il «quartier generale» della Madonnina. Nella pagina accanto, lo chef al Clandestino.

19.30 Ora di cena

«Alla Madonnina comincia il servizio serale. Ma due giorni alla settimana vado al Clandestino, un giorno per lavorare in brigata, un altro per cenare: controllo qualità!».

0.00 Si stacca

È finita la giornata, serve un momento di relax. «Qualche volta ci concediamo con lo staff della Madonnina un gin tonic, che io preparo per tutti. Non sempre, no eh. Altrimenti, quando torno subito a casa, mi dedico un po' di tempo per decantare, guardo qualche programma in televisione, leggo qualcosa. In questo schema si aggiungono poi le visite a Matilde, che studia a Milano, le riunioni con i direttivi, oppure altri impegni, che spesso spezzano la routine...».

Merenda all'aria aperta

COM'È DOLCE QUESTA PIZZA

SCHIACCIATA CON LE ALBICOCCHE

Ricette **JOËLLE NÉDERLANTS E BRENDAN ALLTHORPE**, Testi **MARIA VITTORIA DALLA CIA**, Foto **RICCARDO LETTIERI**, Styling **BEATRICE PRADA**

Due impasti: tradizionale con farina di grano, poco dolce e molto fragrante. Oppure senza glutine, arioso e soffice. Scegliete la base che fa per voi e completatela con frutti di stagione e creme.

PIZZA ROSSA AI LAMPONI E FRUTTA MISTA

Pasta di farina 0

Impegno Medio
Tempo 30 minuti
più 12 ore di lievitazione
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

270 g farina 0
65 g latte
30 g zucchero
20 g burro
5 g lievito di birra
5 g sale (1 cucchiaino scarso)
latte condensato zuccherato

Impastate la farina con il lievito sbriciolato, 1 cucchiaino di latte condensato, 90 g di acqua e il latte mescolati. Quando avrete un impasto ancora grossolano, incorporate il burro a temperatura ambiente (o passato per 10 secondi nel forno a microonde) e lo zucchero mescolato con il sale per favorire l'azione del lievito. Lavorate finché non otterrete una pasta elastica.
Coprite l'impasto e lasciatelo riposare per 30 minuti a temperatura ambiente e, quando comincia a gonfiarsi, manovratelo velocemente, copritelo di nuovo e mettetelo in frigo per 8-12 ore: questi sono i tempi di lievitazione ottimali per ottenere una pasta particolarmente fragrante.
PER LA COTTURA
Infornate a 200 °C per 15-20 minuti, a seconda dello spessore.

Pasta senza glutine

Impegno Medio
Tempo 30 minuti
più 1 ora e 30 minuti di riposo
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g farina senza glutine
zucchero di canna
olio di semi
15 g lievito di birra
5 g sale (1 cucchiaino scarso)

Versate in una ciotolina 185 g di acqua tiepida, 1 cucchiaio di zucchero di canna e il lievito sbriciolato. Mescolate bene per fare sciogliere il lievito e lasciate riposare per 20-30 minuti, finché non si formeranno delle bolle: segno che il lievito si è attivato.
Unite in un'ampia ciotola la farina, il sale, 1 cucchiaio di olio e il liquido con il lievito. Impastate a mano (oppure nell'impastatrice con la frusta a gancio) fino a ottenere una pasta piuttosto omogenea e malleabile: non sarà liscia ed elastica come le paste con il glutine.
Stendete a mano la pasta in una teglia unta di olio (ø cm 28-30), partendo dal centro: dovrete raggiungere uno spessore di 1-2 cm.
Spalmate un po' di olio sulla superficie della pasta, copritela con la pellicola per non farla seccare e lasciatela riposare per 1 ora.
PER LA COTTURA
Infornate, in teglia, a 190 °C per 35-40 minuti.

Schiacciata con le albicocche

Impegno Medio
Tempo 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

250 g pasta di farina 0 lievitata
burro
zucchero di canna
10 albicocche
more – menta
ricotta

Stendete la pasta in un grande ovale in una teglia da forno. Spennellatela con burro fuso, spolverizzate con zucchero di canna e distribuitevi sopra le albicocche divise a metà facendole leggermente affondare nella pasta.
Infornate a 200 °C per 15-18 minuti.
Completate con more, ricotta e menta.

Pizza rossa ai lamponi e frutta mista

Impegno Medio
Tempo 45 minuti
più 30 minuti di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 2 PIZZE

500 g pasta di farina 0 lievitata
250 g lamponi
200 g ricotta
150 g polpa di melone
100 g mirtilli
100 g more
40 g pistacchi pelati
40 g zucchero semolato
1 pesca – menta o melissa
zucchero di canna

Frullate 150 g di lamponi con 40 g di zucchero e passatelo al setaccio per eliminare i semi. Distribuite la crema ottenuta sui due sottili dischi di pasta, spolverizzate i bordi con zucchero di canna e infornate a 200 °C con funzione ventilata per 15-18 minuti. Sfornate, lasciate raffreddare e completate le due pizze con la pesca a spicchi, i lamponi rimasti, i mirtilli, la polpa di melone a fettine, i pistacchi, la ricotta, foglie di melissa o di menta e, a piacere, pistacchi, yogurt greco e petali di fiori edibili.

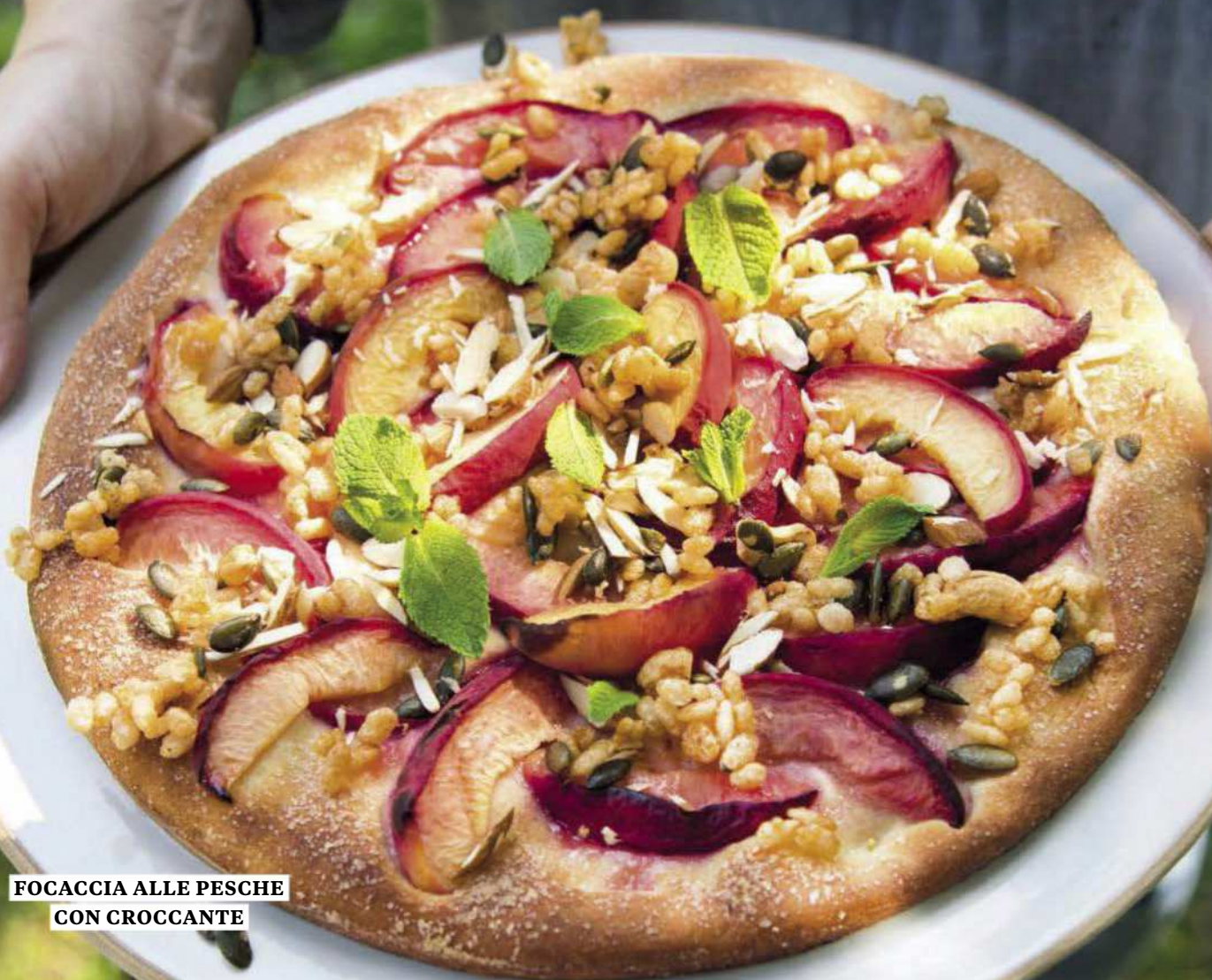
Focaccia alle pesche con croccante

Impegno Medio
Tempo 35 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g pasta di farina 0 lievitata
3 pesche gialle
burro
zucchero di canna
PER IL CROCCANTE
30 g semi di zucca
25 g riso soffiato croccante
25 g sciroppo di agave (in alternativa miele)
20 g anacardi
olio di semi

Stendete la pasta in una teglia di 30-32 cm di diametro, spennellatela con burro fuso, spolverizzatela con zucchero di canna e distribuitevi 3 pesche gialle tagliate a fettine. Infornate a 200 °C per 18-20 minuti.
PER IL CROCCANTE
Mescolate i semi di zucca, gli anacardi, il riso soffiato, 1 cucchiaio di olio e lo sciroppo di agave; distribuite il composto su una placca foderata di carta da forno e infornate il croccante a 160 °C per 10 minuti circa, cioè finché non comincia a diventare dorato, ma non troppo. Utilizzatelo per completare la focaccia.

Attenzione alle pesche: devono essere dolci e mature, ma ben sode per poterle tagliare senza disfarle. Provate anche a mescolare le varietà, alternando pesche gialle, bianche, noci e tabacchiere.

FOCACCIA ALLE PESCHE CON CROCCANTE

PIZZETTE CON FRANGIPANE DI PISTACCHI E MANDORLE

Per una consistenza morbida e succulenta, siate molto generosi con lo sciroppo, e soprattutto usatelo ancora caldo: la pasta lo assorbirà più facilmente.

Pizzette con frangipane di pistacchi e mandorle

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 15 minuti
più 1 e 30 minuti di lievitazione
Vegetariana

INGREDIENTI PER 10 PIZZETTE

500 g pasta di farina 0 lievitata
PER IL FRANGIPANE
70 g pistacchi pelati
50 g burro molto morbido
40 g zucchero a velo
1 uovo – sale
mandorle a lamelle
PER LO SCIROPPO
100 g zucchero di canna
25 g succo di limone
farina di mandorle

Dividete la pasta in porzioni da 40-50 g, modellatele a pallina, schiacciatele un po' e ponetele su una teglia foderata di carta da forno. Coprite con pellicola unta di olio e fate fare una seconda lievitazione di 1 e 30 minuti a temperatura ambiente (non oltre 28 °C) fino a fare raddoppiare il volume. Infornate quindi a 200 °C per 15 minuti circa.
PER LO SCIROPPO
Versate in una casseruola 100 g di acqua, il succo di limone, lo zucchero di canna e 10 g di farina di mandorle (dà l'aroma); cuocetelo finché non diventa trasparente; spegnete.
Fate raffreddare le pizzette, poi eliminate le calotte e bagnatele con lo sciroppo.
PER IL FRANGIPANE
Frullate nel mixer 50 g di pistacchi con lo zucchero a velo ottenendo una farina; mescolatela con il burro morbido, 1 uovo e un po' di sale. Distribuite il frangipane sulle pizzette, completate con pistacchi e mandorle a lamelle e infornate a 180 °C per 10 minuti circa. Fate raffreddare e guarnite a piacere con ciliegie e fragole.

FOCACCIA ALLE PESCHE CON LA CREMA

Focaccia alle pesche con la crema

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 10 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

580 g pasta senza glutine
4 pesche
anacardi
PER LA CREMA
500 g latte
100 g zucchero
2 uova
½ baccello di vaniglia
amido di mais senza glutine

PER LA CREMA
Sbattete leggermente le uova e tenetele da parte.
Scaldate in una casseruola il latte, lo zucchero, 2 cucchiai di amido di mais e i semi della vaniglia. Mescolate di continuo sul fuoco medio e, appena compariranno delle piccole bolle lungo il bordo della casseruola, togliete dal fuoco.
Aggiungete un paio di cucchiai di latte caldo alle uova sbattute mescolando con una frusta, poi versate tutte le uova a filo nel latte caldo, mescolando senza interruzione con la frusta.
Riportate subito sul fuoco e mescolate delicatamente finché la crema non si sarà addensata: basteranno 2-3 minuti. Non deve arrivare al bollore.
Trasferite la crema in una ciotola e lasciatela raffreddare, mescolandola ogni tanto per evitare che la superficie si asciughi formando una pellicola.
PER COMPLETARE
Stendete la pasta senza glutine in una teglia rotonda (ø cm 28-30) unta di olio e create degli incavi sulla superfice della pasta con un cucchiaio e riempiteli con un po' di crema.
Lavate le pesche, asciugatele e tagliatele a fettine. Distribuitele sulla pasta premendole leggermente. Spargete sopra anacardi a piacere.
Infornate a 190 °C per 35 minuti circa, finché la focaccia non diventa dorata e la crema prende appena colore.

PORTOFINO – LIGURIA

PORTATE IL CUORE A POR

Foto ROBERT HOLDEN

TOFINO

Solo 420 abitanti. Eppure da qui è partita la rivoluzione del pesto civilizzato e la creazione del paciugo, il trionfo del gelato antidieta. Sintonizzatevi con Fiammetta Fadda sul ritmo degli appetiti del perfetto buongustaio

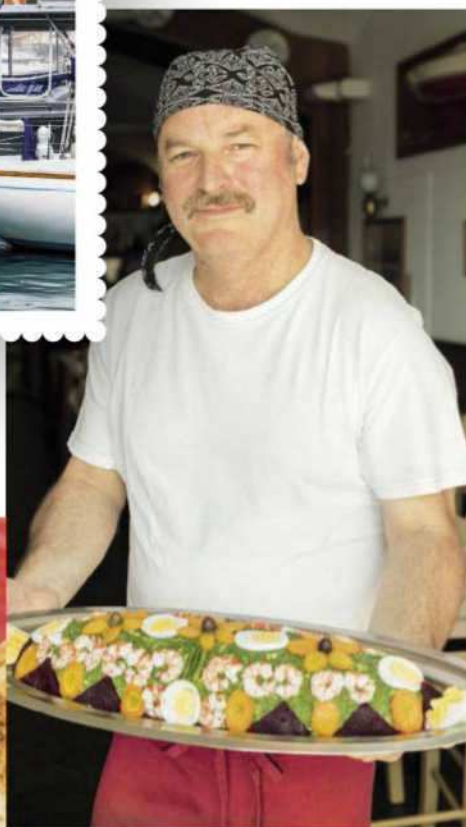
Due vedute del paese: dalla passeggiata che porta al Faro e dalla Piazzetta; la zuppa di scampi e gamberi del Golfo del Chuflay appoggia su una bisque arricchita di pomodorini.

«Ma quando uno si è comprato una casa qui, poi cosa fa tutto il giorno?», chiede Robert Holden, il fotografo, dopo quarantotto ore trascorse insieme scattando foto del celebratissimo borgo del Tigullio. Curiosità più che giustificata dal momento che i due lati della piazzetta si percorrono (a passo lento) in venti minuti, eventuali passeggiate tagliano il fiato anche prima, e l'unica spiaggia esistente è a un quarto d'ora di strada a piedi, a Paraggi.

La risposta è: si sta e si va a Portofino per respirare Portofino e non c'è bisogno di condividere il culto giapponese del paesaggio per capire la sua magia. La chiave sta nella dolcezza romantica di un mare lacustre, riparato, segreto, così irripetibilmente dolce agli occhi e all'anima che la baronessa von Mumm, il 24 aprile del 1945, giorno in cui i tedeschi erano pronti a far saltare il villaggio, intervenne a salvarlo. Da allora, le ville sulla collina, le case dei contadini e, man mano, quelle dei pescatori con le ripide scalette in lavagna sono diventate uno degli status symbol più desiderabili e rari di cui fregiarsi. Molti i nomi famosi, ma nessuno supera per prestigio e reverenza, anche da parte dei locali, quello di Natalia Grosvenor, duchessa di Westminster che, insensibile a piscine e prati all'inglese, intorno alla sua casa sul Monte ha ripulito gli ulivi e piantato un ettaro di vigna a vermentino da cui escono 3700 bottiglie «destinate alla zona in cui sono state prodotte». Un paesaggio che promette di restare intatto con un rivoluzionario progetto di boe intelligenti che ricavano energia dal movimento delle onde. Quanto alla tavola, la posizione a metà strada tra Ponente e Levante e le esigenze di una clientela rarefatta hanno creato una cucina ricca di colpi di scena.

IL RITO DELLA FOCACCIA

Sono solo 15 i chilometri che separano Recco e la sua celebrata focaccia al formaggio, ma gli autoctoni e gli habitué di Portofino la ignorano con fermezza. Qui si produce e si compra quella genovese: pasta di pane stesa sottile, bagnata con una salamoia di acqua e olio, bucherellata dalle fossette impresse con le dita, spolverizzata con poco sale grosso (così lo esigono i puristi perché parte della bontà sta nell'alternanza di bocconi neutri e bocconi col granello marino). Varianti ammesse: la focaccia con le cipolle, quella con olive taggiasche e quella al rosmarino. Se avete la fortuna di scendere in Piazzetta la mattina, quando l'aria è fresca e i traghetti non sono ancora arrivati, compratela dalla Mariuccia, erede dello storico Panificio Canale, e mangiatela costeggiando il molo dal lato destro, ideale per un pigro controllo delle barche in rada. Se invece andate a fare un po' di spesa a Santa Margherita, l'indirizzo di riferimento è Fiordiponti,

Da sinistra, in senso orario, le focacce di Fiordiponti a Santa Margherita; il Monte alle spalle del paese; Francesco Achilli e il cappon magro del suo ristorante a Santa Margherita; le acciughe da Ö Magazin a Portofino.

Roberto Villa, chef di lungo corso, oggi governa la cucina del Chuflay, la dépendance a mare dello Splendido. Vista dalla terrazza del ristorante sopra la piscina di acqua di mare.

dove Alberto la sforna a ripetizione, fragrante, col bordo dorato e croccante (provate ad aspettare che esca dal forno per addentarla calda). In caso di nostalgia tenete presente che la panetteria ha due negozi a Milano.

MITO AL BASILICO

Portofino ha innescato la rivoluzione antiaglio attaccando niente meno che il mito del pesto. La faccenda ha avuto inizio da Puny, il ristorante che ha segnato un'epoca, quando il patron Luigi in omaggio all'Avvocato, ai Falck e ad altri nasi aristocratici nemici del bulbo maleodorante, lo aveva ridotto a un sussurro. Poi il fascino di Afef Tronchetti Provera lo ha convinto ad abolirlo del tutto. Un estremismo, dato che il pesto della Liguria di Levante è sempre stato meno aggressivo di quello di Ponente e di Genova. Quello che conta comunque è l'antica manualità del mortaio e del pestello (frullatore? Non fatemi ridere). Difatti «Firma e pesta» è lo slogan del #worldpestoday, il campionato mondiale di pesto al mortaio sostenuto dalla Regione Liguria e monitorato dall'associazione genovese Palatifini con appuntamenti di «pestate collettive» durante le quali viene firmata una petizione per candidare il pesto genovese al mortaio come patrimonio culturale Unesco. Pesto che deve essere realizzato con basilico genovese Dop della Riviera Ligure, pinoli italiani, aglio di Vessalico (Imperia), Parmigiano Reggiano Dop, Fiore Sardo Dop, sale marino delle saline di Trapani, olio extravergine della Riviera Ligure Dop. Solo Eugenio Montale è stato più specifico scrivendo che il basilico giusto è quello che cresce in una latta su tetti d'ardesia della vecchia Genova. →

IL PESTO PORTOFINO-STYLE

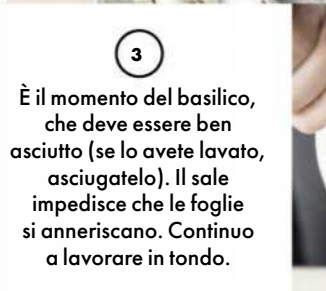
Roberto Villa, cuoco del Chuflay, il ristorante dello Splendido Mare, ha messo a punto la formula che soddisfa i suoi sofisticati clienti senza togliere personalità alla salsa. Eccola.

1

Per quattro persone per tre etti di basilico calcolo un etto di pinoli, 150 grammi di olio ligure delicato, 60 grammi di parmigiano, e 20 di pecorino. Un solo spicchio d'aglio, piccolo e privato dell'anima centrale. Il sale, grosso, va valutato in base alla sapidità dei formaggi.

2

Parto con l'aglio affettato, una bella presa di sale, i pinoli. Si dice «pestare», ma il movimento deve essere rotatorio. Continuo fino a quando ottengo una crema.

3

È il momento del basilico, che deve essere ben asciutto (se lo avete lavato, asciugatelo). Il sale impedisce che le foglie si anneriscano. Continuo a lavorare in tondo.

4

Adesso aggiungo il pecorino, il parmigiano e l'olio a filo. Il risultato è una crema verde brillante. Se ne avanza conservatela in un vasetto. È ottima anche con un minestrone freddo.

Una scenografica fantasia di pesci del Golfo in diverse cotture ideata da Corrado Corti, chef dello Splendido. L'arcobaleno è ottenuto con creme di pomodorini gialli, di broccoli, di barbabietole e una gelatina di cavolo viola. A destra, il paciugo; i tavoli a bordo mare di Ö Magazin e il suo cuoco con il pescatore di fiducia.

LA TAVOLA PIEDS-DANS-L'EAU

Di certo conoscete già la situazione «bagno nel Tigullio». Spiagge quasi inesistenti, stabilimenti balneari, affollati di sedie, ombrelloni e bambini urlanti. Allora, per una giornata di mare al vertice del comfort anche gastronomico, l'approdo d'elezione è Fiore a Paraggi: sabbia per i bambini e tavolati di legno chiaro con chaise longue e ombrelloni per i grandi. E poi, dall'anno scorso, la novità che vi interessa: la dépendance marina della milanese Langosteria, formula di ristorante elastico, col suo fulcro nella cucina di pesce, ma che si allarga tutte le ore del giorno. Qui trovate il menu breakfast, il menu spiaggia, il menu lunch, il menu dinner. Enrico Buonocore, il suo ideatore, ha questa idea: io faccio la cucina che piace a me, di pesce freschissimo, diretta, con piatti che cambiano da un giorno all'altro. Vivaci di sapore, belli da vedere ma non arzigogolati, capaci di interpretare le specialità del posto, ma con spunti esotici. Vi arriverà il ceviche di ricciola con patata americana e mais bianco, la quenelle di baccalà con tiepido di pomodoro e chip di farinata, la frittura di triglie infanti. Berrete benissimo anche al bicchiere, seduti nell'ombra fresca davanti alla spiaggetta, tentati dal mixologist con cocktail Champagne creativi. E prenoterete per cena perché la sera i tavolini si allargano sulla sabbia pieds-dans-l'eau e nella carta compaiono ostriche in tempura e aragoste alla brace.

IL BELLO E IL BUONO DEL MONTE

I liguri non temono le pendenze. Le hanno addomesticate nel tempo con i muretti a secco che trattengono le «fasce» dove crescevano la vite e l'ulivo e si producevano frutta, verdure e legumi. Poi, un abbandono progressivo ha inselvatichito i settanta chilometri di sentieri finché un gruppo di ragazzi ha preso in cura cinque ettari del Parco e ha iniziato un'operazione di recupero di quegli antichi terrazzamenti. A quasi sei anni di distanza quell'idea iniziale è diventata La Portofinese, una società agricola che produce due birre artigianali da piante di luppolo messe a dimora quasi per gioco, che ricava miele e propoli da un piccolo apiario, e ha creato un punto di ristoro in cima alla Strada dei Mulini, che collega i mulini che portavano l'acqua al paese. Che ci siate arrivati a piedi o a bordo del poetico veicolo che si arrampica sul Monte, al Mulino del Gassetta mangerete una cucina semplice e locale fatta con i prodotti dell'orto a chilometro zero.

PACIUGO O APERITIVO AL FARO?

L'ora del paciugo è quando ne avete voglia. Perché funziona da solo come mezzogiorno rinfrescante, o come dessert al ristorante, o in gelateria come dopocena. Ma non c'è dubbio che il momento più premiante sia quello della merenda. Tutti torniamo bambini davanti alla coppa fastosa di cui il Caffè Excelsior vanta la creazione negli anni Quaranta. Senza troppe remore, nel suo locale la signora Lina Repetto cominciò a unire a strati, in una coppa, gelato alla vaniglia, frutta a pezzi, sciroppo al lampone e amarene sciroppate. I clienti inglesi non disdegnavano un'aggiunta di whisky. Dall'anno scorso il Caffè, completamente rinnovato, lo serve anche in versione elegante. Ma la golosità resta quella di allora. Poco dopo arriva il tramonto, momento irripetibile di Portofino, e vederlo dal Faro, sul mare aperto verso Genova da un lato e La Spezia dall'altro, significa non perderne una virgola. La passeggiata per arrivarci è erta quel tanto che basta per non farvi sentire in colpa quando, alla meta, trovate sul posto il baretto gestito dalla Portofinese con i suoi prodotti: focacce, fette di torta pasqualina, olive, salamini. Poi però, noblesse oblige, c'è un'ampia offerta di Champagne anche in formato mignon e, volendo, la possibilità di privatizzare il vertiginoso trampolino sul panorama per un aperitivo esclusivo.

CENA ALLO SPLENDIDO

È così carismatico che potrebbe sedere tranquillo sulla sua storia più che secolare farcita di celebrità in costante aumento. Ma il Belmond Hotel Splendido adora la visita degli abitanti delle case del posto, degli ospiti di passaggio, dei personaggi decorativi, di nuovi amanti del sublime. Prenotate per cena il tavolo d'angolo sul terrazzo e arrivateci al tramonto. Ci sono sempre quattro o cinque gradi meno che in paese, la zagara profuma nei vasi, il porticciolo è uno zaffiro, il barman sa il fatto →

Il Monte di Portofino sta tornando alla sua originaria vocazione di dispensa naturale. Si rimette a dimora la vite e si rifà il Nostralino, il vino che nella tradizione ligure nasce dall'assemblaggio di diverse uve locali.

Al centro, Mino Viacava, ideatore del progetto della Portofinese, con Tatiana Niccolini e l'agronomo e socio Alberto Garibaldi.

La spiaggia di Paraggi dai Bagni Fiore, fritturina del golfo ai tavoli della Langosteria e il patron e animatore Enrico Buonocore.

INDIRIZZI

Panificio Canale, tel. 0185 269248, Portofino – **Fiordiponti**, Via Ruffini 26, Santa Margherita, tel. 0185 283971, *fiordiponti.com* **Langosteria**, Via Paraggi a Mare, Santa Margherita, tel. 0185 046284, *langosteria.com* – **Mulino del Gassetta**, Località Mulini, tel. 333 8094455, Portofino, *laportofinese.it* – **Caffè Excelsior**, Piazza Martiri dell'Olivetta 54, Portofino, 0185 269123, *excelsiorportofino.it* **Belmond Hotel Splendido**, Via Roma 2, Portofino, tel. 0185 267801, *belmond.com* – **Chuflay**, Piazza Martiri dell'Olivetta 1/1/a, Portofino, tel. 0185 267802, *belmond.com* – **Puny**, Piazza Martiri dell'Olivetta 5, Portofino, tel. 0185 269037 – **Ö Batti**, Vico nuovo 17, Portofino, tel. 0185 269379 – **Ö Magazin**, Calata Marconi 34, Portofino, tel. 0185 269178, *omagazin.it* – **Trattoria Concordia**, Via del Fondaco 5, tel. 0185 269207 – **Beppe Achilli**, Via Bottaro 29, Santa Margherita, tel. 0185 286516, *beppeachilli.com*

suo. A grande richiesta di emiri e sceicchi ha creato Tripudio, un cocktail con foglia d'oro (edibile) a base di distillati preziosi, Dom Pérignon, yuzu, tartufo bianco d'Alba (120 euro). Ma si sentirà sollevato se gli ordinerete con competenza un Gin Tonic o un Bellini. Nel frattempo chiedete il menu. È appena approdato nella carta lo scenografico Arcobaleno di pesci con orata, polpo, gambero, scampi, tonno. I Paccheri sono nobilitati dall'astice e sostenuti dal pil pil; un pescatore dedicato procura il morone, il raro pesce di profondità che diletta i buongustai. Per dessert ordinate il Sole delle Cinque Terre a base di limone, lemon grass e cannella. Un vero concentrato di Liguria.

TAVOLE INCROCIATE

Sui due lati della Piazzetta ogni due passi c'è un'insegna di ristorante. Per scegliere è importante conoscere la storia locale. Da Puny, per esempio, non c'è più il folclore verbale del suo fondatore; Ö Batti, famoso per gli scampi con ricetta segreta, ha assunto un'aria lussuosa; alcuni sono soffocati dal turismo, in altri l'avvicendamento ai tavoli è frenetico. Però in fondo al braccio di sinistra del porticciolo c'è Ö Magazin, gestito da Emilia e Simona Mussini, figlie di Giorgio (da cui si affitta il gozzo per andare a fare il bagno) che hanno speciali rapporti di fiducia con i pescatori locali e, quindi, con gli habitué portofinesi. Non venite qui per trovare bellurie: dalla cucina arrivano acciughe, pane e pomodoro; spaghetti con crema di muscoli e peperoncino; fritto misto in porzioni generose. Semplici e autentici. Se poi volete sperimentare il posto dove «vanno quelli che non cercano il panorama perché lo vedono sempre da casa», andate al Concordia. Una diecina di tavoli al termine del fondaco, modi familiari, insalata di pesce con patate e fagiolini, lasagne al pesto, trenette. Tutto così classico che ci vanno per rilassarsi i colleghi ristoratori. Tra cui Francesco Achilli, nipote di Beppe, cuoco e patron del ristorante che a Santa Margherita porta il nome del nonno, lì dal 1945 con la rosticceria. Oggi è l'indirizzo di riferimento per il «cappun magru», l'antico piatto che sposa il mare e l'orto con cui le donne festeggiavano il ritorno a casa dei marinai: pane bagnato con l'aceto, ortaggi di stagione, polpa di pesce, salsa verde. Per finire, olive, tuorli, capperi. Si ordina per tutta la tavola. Ma Francesco ne fa anche una versione nouvelle cuisine, in decorativa monoporzione. ■

Seduti insieme agli OSPITI

Ecco le nostre ricette-lampo, da combinare in una cena disinvolta, appetitosa, e senza impegno. Per godersi di più la compagnia nelle sere d'estate

Ricette CESARE GASPARRI, Testi VALENTINA VERCELLI, Foto RICCARDO LETTIERI, Styling BEATRICE PRADA

FUSILLI «RISOTTATI», VERDURE E RICOTTA

Cubotti di vitello tonnato

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g controfiletto di vitello pulito
100 g insalata misticanza estiva
100 g tonno sott'olio
100 g maionese
acciughe sott'olio
capperi sotto sale
burro – vino bianco secco
olio extravergine di oliva – sale

PER LA CARNE
Tagliate il vitello a cubotti di 3-4 cm di lato e cuoceteli per 4 minuti in una pentola con acqua bollente salata e aromatizzata a piacere (potete usare pepe in grani, prezzemolo, alloro, timo, rosmarino, scorze di agrumi...). Scolate i cubotti e asciugateli con carta da cucina (una successiva rosolatura in padella con una noce di burro per 20 secondi per lato serve solo a colorirli in superficie).
PER LA SALSA
Dissalate una manciata di capperi sotto l'acqua corrente; sgocciolate bene il tonno.
Frullate 7-8 capperi con il tonno, 2 acciughe e 2 cucchiai di vino bianco. Mescolate il composto con la maionese.
Condite la misticanza con olio e sale, disponetela nei piatti, accomodatevi sopra i cubotti di vitello e un paio di cucchiai di salsa, guarnite con acciughe a pezzetti e capperi e portate in tavola.

Fusilli «risottati», verdure e ricotta

Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g fusilli
150 g pomodorini ciliegia
100 g fagiolini
60 g ricotta salata
1 zucchina
1 peperone rosso
1 peperone giallo
1 scalogno
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Affettate lo scalogno e rosolatelo in una casseruola capiente (dovrà contenere la pasta) con un filo di olio e un pizzico di sale finché non sarà appassito.
Scaldate una pentola di acqua e, quando bolle, aggiungetene un mestolo generoso nella casseruola dello scalogno; proseguite la cottura per altri 3-4 minuti.
Unite i fusilli allo scalogno, mescolate bene, salate poco e bagnate la pasta con l'acqua bollente in modo da ricoprirla a filo.
Cuocete la pasta secondo le indicazioni riportate sulla confezione, aggiungendo, se serve, altra acqua bollente e mescolando solo di quando in quando.
Mondate i fagiolini e tagliateli a rondelle; lavate zucchina e peperoni e tagliateli a cubetti (se volete rendere i peperoni più digeribili potete sbucciarli con un pelapatate). Unite tutto alla pasta 4-5 minuti prima del termine della cottura; regolate di sale.
Lavate i pomodorini, divideteli a metà e aggiungete anch'essi alla pasta pochi secondi prima di spegnere il fuoco.
Condite i fusilli con un filo di olio e una macinata di pepe, completate con la ricotta sbriciolata e servite.

COZZE E ZUCCHINE

Cozze e zucchine

Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg cozze
600 g zucchine trombetta
finocchietto
aglio
limone
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Lavate le zucchine, tagliatele a fettine oblique e arrostitele in una padella ben calda con un filo di olio, un pizzico di sale e 1 spicchio di aglio schiacciato, con la buccia. Dopo 4-5 minuti spegnete, togliete l'aglio e unite un cucchiaino di scorza di limone grattugiata, un filo di olio crudo e qualche ciuffo di finocchietto spezzettato; regolate di sale e mescolate.
Pulite le cozze, raccoglietele in una casseruola con 2 gambi di finocchietto, 2 pezzi di scorza di limone e ½ bicchiere di acqua. Copritele e fatele aprire sul fuoco.
Separate subito le cozze dal loro liquido di cottura, sgusciatele e unitele alle zucchine.
Filtrate il liquido di cottura delle cozze con un colino a maglie fini e aggiungetene 4 cucchiai al misto di cozze e zucchine; condite con 2 cucchiai di succo di limone e una macinata di pepe, mescolate bene e servite.

Tranci di salmone con melanzane agrodolci

Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g 4 tranci di salmone
500 g melanzane
aceto di mele
zucchero
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER IL SALMONE
Scaldate bene una padella unta con un filo di olio, adagiatevi il salmone dalla parte della pelle e cuocetelo a fuoco vivo per 8 minuti; salate i tranci, voltateli e proseguite la cottura dalla parte della polpa per altri 30 secondi.

PER LE MELANZANE
Mondate le melanzane, tagliatele a metà e poi a mezze rondelle di ½ cm di spessore. Cuocetele in una padella con un filo di olio, a fuoco vivo, per 2 minuti; salatele, voltatele e continuate a cuocerle per altri 3-4 minuti.
Tostate in un pentolino un cucchiaio abbondante di zucchero; quando comincia a caramellarsi, aggiungete 2 cucchiai di acqua e 2 di aceto, mescolate, salate leggermente e fate addensare la salsa sul fuoco per 2-3 minuti.
Condite le melanzane con la salsa agrodolce e i tranci di salmone con una macinata di pepe.

TRANCI DI SALMONE CON MELANZANE AGRODOLCI

Il patio coperto del MAK, il Museo austriaco di Arti Applicate, che contiene una delle più ricche collezioni di manufatti e arredi di artigianato artistico e di design, dal Medioevo ai giorni nostri. Nella pagina accanto, Konstantin Filippou, due stelle Michelin; nel suo ristorante nel centro di Vienna, solo menu degustazione.

VIE

Testi SARA MAGRO, Foto JACOPO SALVI

N N LA BUONA A

Biologico, sostenibile, locale e soprattutto informale: dal caffè storico all'alta cucina, l'orientamento a tavola è semplice, e si traduce in due parole: mangiare bene

Cominciamo con la Wienerschnitzler e il Tafelspitz. Molti sanno che la prima è la cotoletta che noi diremmo «alla milanese». Il secondo è, in parole povere, il bollito misto con salsine, sottaceti e sottoli. Vi abbiamo presentato due grandi classici della cucina viennese. Guai a chi li tocca, anzi alcuni ristoranti ne fanno il vanto del menu. Anche nuovissimi, come Meissl & Schadn (*meisslundschadn.at*), dove il cuoco Jürgen Gschwendtner sbandiera la tradizione con una cucina a vista dove la fetta di vitello viene battuta, impanata e fritta davanti agli occhi di tutti, a garanzia di metodo e freschezza. Eppure il ristorante è aperto da pochi mesi, lo staff è giovane e i molti ospiti anche.

Un po' la stessa storia dei caffè. Tra boiserie, lampadari di cristallo, i quotidiani con la stecca di legno, gli habitué di Diglas (*diglas.at*) ordinano il solito: Melange, e cioè un cappuccino leggero, e torta della casa, che varia dalla terapeutica sachertorte allo strudel, ad altri dolci con strati di panna, lamponi, meringhe. Non pensate di trovarci solo pensionati. Ci sono (con l'iPad), tra giovani con computer e testi universitari aperti. Seduti (a Vienna il caffè non si prende al banco!) per ore, bevendo caffè e mangiando leccornie.

> «Il caffè viennese è in fondo una specie di club democratico, accessibile a tutti in cambio di un'economica tazza di caffè»
>
> **Stefan Zweig**

Moderni per tradizione

Ma i viennesi amano anche sperimentare nuovi stili, cibi e filosofie. E Vienna non solo è una città contemporanea, è qualche passo avanti. Ed è stato sempre questo il suo tratto.

Se Mozart, Beethoven, poi Mahler e Schoenberg, Klimt e Schiele, Wagner e Moser, Freud l'hanno scelta come teatro d'azione, qualcosa di speciale doveva pur esserci. Musica, pittura, design, psiche... La capitale dell'impero austroungarico e della Restaurazione è da →

Bollito mitteleuropeo

Ovvero Tafelspitz, qui servito al carrello con verdure sott'olio e salsine da Meissl & Schadn. Diffuso fin dal Medioevo, è un piatto «di casa» che a Vienna è salito in auge verso metà Ottocento grazie alla combinazione di tre fondamentali fattori: la bontà della carne bovina delle pianure ungheresi, la diffusione della cucina economica, il meglio per umidi e bolliti (che vogliono calore dolce per lunghe ore), l'abilità dei macellai, specializzati in tagli adatti a questa cottura.

Da sinistra, in senso orario, l'hotel Altstadt nella zona di Spittelberg, uno dei quartieri più antichi di Vienna, si trova in un palazzo trasformato in albergo dallo stile eclettico, grazie alla collaborazione con architetti di fama come il nostro Matteo Thun. Colazione con Melange (latte macchiato) allo storico Café Diglas. Sorbetto alla mela Granny Smith con crumble di canapa nel ristorante hipster Labstelle. La sala da pranzo di Meissl & Schadn, all'interno dell'hotel Grand Ferdinand.

A sinistra, la sala da pranzo di Salonplafond (che deve il nome al soffitto di legno decorato) è arredata con tessuti di Josef Frank, poltrone di Oswald Haerdtl ed Ernst Schwadron. Uno dei tavoli si affaccia sulla sala rococò del Museo austriaco di Arti Applicate. A destra, Barbara Eichberger, proprietaria di Salonplafond, molto frequentato d'estate per il bellissimo giardino e il bar.

secoli culla di intellettuali rivoluzionari che hanno fatto la storia d'Europa, in diversi ambiti. Del genio lo avevano di loro, ma il terreno doveva essere fertile, specialmente tra Otto e Novecento durante il Modernismo, che quest'anno si celebra con mostre su quattro grandi protagonisti – Gustav Klimt, Egon Schiele, Otto Wagner e Kolo Moser – tutti scomparsi un secolo fa, nel 1918.

Cosa c'entra con la cucina, vi chiederete. La Vienna del 2018 è un'eredità di quel tempo. Non c'è cuoco che non faccia riferimento alla storia, alla mamma e alla nonna. E in quella ricerca del passato sta la cucina di oggi, che non si limita a sedurre le papille, ma è attenta a ciò che si mangia, al come si cucina, alla provenienza degli ingredienti, al chilometro minimo.

L'orto sul balcone

Persino in città si produce cibo biologico e sostenibile. Immaginereste mai che dietro il portone di un palazzo del centro si coltivano funghi ostrica? Ebbene, Manuel Bornbaum e Florian Hofer, finita l'università, hanno creato Hut & Stiel (*hutundstiel.at*), piccola start up che lo fa con i fondi di caffè (a Vienna si buttano a tonnellate). Funziona così: per fare 120 chili di funghi si prende una tonnellata di fondi, si mescola in betoniera con le spore e si distribuisce in sacchetti neri che si appendono tipo culatelli in cantina, dove i funghi crescono in un mese. Il ciclo si compie nell'arco di poche centinaia di metri e in bici: «Non facciamo mai un viaggio a vuoto. Consegniamo un carico di funghi e torniamo con uno di fondi». Quello che non vendono diventa sugo e pesto.

> «Vienna è uno di quei luoghi nei quali ritrovo il noto e il familiare, l'incanto delle cose che, come nell'amicizia e nell'amore, diventano col tempo sempre più nuove»
>
> **Claudio Magris**

Anche i 30 ettari di vigneti di Christ (*weingut-christ.at*) sono in città, mentre l'aceteria Gegenbauer (*gegenbauer.at*) è un'azienda agricola con negozio di aceto aromatizzato e birre artigianali, galline, orto (in balcone), arnie (in rooftop), b&b con 5 camere, piscina e spa. «Manca la mucca, e siamo autosufficienti», scherza Michael Pichler, che ci guida nelle storiche cantine dove invecchia l'aceto.

Rilassati, come in vacanza

Come avrete capito, a Vienna si fa il più possibile in casa. Se non proprio a casa, nei paraggi, più vicino che si può. Per esempio, il pane croccante del ristorante Salonplafond (*salonplafond.wien*) arriva da un piccolo forno a 60 km dalla città. Si spalma con burro salato in attesa del piatto forte, l'impronunciabile Zwiebelrostbraten, ovvero controfiletto con cipolle fritte, germogli, sugo, che lo chef Hannes Berghofer fa in versione vegana con il seitan, altrettanto nutriente. È delizioso, come il posto, un salone dal soffitto dipinto annesso al MAK, il Museo austriaco di Arti Applicate/Arte Contemporanea. Cornice fastosa e ambiente informale: niente tovaglie, personale super professionale con piercing e tatuaggi, un giardino che vale la serata. I dehors valgono oro! Quando c'è bel tempo, i viennesi vanno lungo il Danubio che scorre in centro: «Una birra, due chiacchiere sulla spiaggia del Tel Aviv, e sembra di essere stati in vacanza, anche se è passata solo un'ora», racconta Nike, la pr di Salonplafond.

«Invece di far tardi la sera, chi lavora ama incontrarsi per il brunch», racconta il direttore di Labstelle (*labstelle.at*), ristorante hipster e allegro. «Consigliamo di prendersi un paio di ore, per rilassarsi e gustarsi le nostre 8-9 portate al 100% austriache, con frutti e verdure →

Trota salmonata con rabarbaro caramellato

È uno dei piatti che il giovane chef Walter Leidenfrost propone al ristorante Ludwig van di Oliver Jauk (qui a sinistra con la moglie newyorkese). Si tratta di un filetto di trota salmonata marinato con sale e zucchero, che viene poi tagliato a trancetti e servito con barrette di rabarbaro caramellate sotto il grill con zucchero grezzo e condite con qualche fiocco di sale. Quello che rende speciale l'insieme è il fondo preparato con succo di rabarbaro, sciroppo d'acero, angostura e acqua di fiori d'arancio, in contrasto con l'aroma «verde» dell'olio al prezzemolo.

Da sinistra, in senso orario, il ristorante del 25hours Hotel, di fianco al Museums Quartier. L'agricoltura sostenibile a Vienna si fa in centro città: il vino biologico nella tenuta Christ, con cantina e sala degustazione. Sul tetto, le botti dell'aceto aromatizzato e in mezzo le arnie dell'azienda Gegenbauer. Manuel e Florian hanno messo a punto un metodo per coltivare funghi con i fondi di caffè dei ristoranti e delle case di riposo viennesi. Nella pagina accanto, al caffè Phil la colazione è in stile mediorientale, con limonata fatta in casa.

antiche, canapa e altri ingredienti genuini di piccoli produttori. Il resto è sorpresa». Si sceglie solo se stare dentro, nel locale ben arredato, o fuori in galleria sotto una pioggia di piante cascanti.

Passione per la perfezione

L'atmosfera è più teatrale da Ludwig van (*ludwigvan.wien*). Un sipario di velluto introduce a una sala con luci basse e musica jazz. «Beethoven abitava qui mentre componeva la Messa solenne. Pochi mesi, però era giusto ricordarlo». Il proprietario Oliver Jauk ha le idee chiare: vini austriaci e naturali, sciroppo di sambuco e vermut fatti in casa, fornitori locali scelti a uno a uno. Niente tovaglie, stelle o definizioni. Per la cucina si affida a Walter Leidenfrost, 29 anni, alto palato che in un anno ha conquistato ospiti e critici Michelin e Gault&Millau. «La cucina viennese non è solo cotoletta», dice Walter e lo dimostra con la sua Gold Trout (trota salmonata), sintesi di memoria, nostalgia e doti naturali: il rabarbaro candito e i trifogli che mangiava da piccolo, la pesca con suo cugino, il primo ceviche, l'equilibrio nel mettere tutto insieme.

Abbiamo lasciato per ultime le stelle Michelin. Sono 14 i ristoranti stellati, tra cui il vegetariano Tian (*tian-restaurant.com*), con chef Paul Ivić in cucina, sui libri e in tv, e Konstantin Filippou (*konstantinfilippou.com*), che ha appena preso la seconda con i suoi piatti così perfetti che dispiace affondarci il cucchiaio. Anche perché il fiore con tartare di cozze e petali di carciofo è un'opera di alto artigianato più che un antipasto. Padre greco, madre austriaca, soprattutto segno zodiacale Vergine, ammette il perfezionismo maniacale: «Se non ho il piatto per una ricetta, lo faccio fare. Come sedie, tavoli, vasi, tutto fatto a mano su mio disegno». Tu scegli di cenare da Filippou, poi una volta lì decide lui, anche il menu: solo degustazione, 6 o 10 piatti. Se vuoi più libertà, c'è il bistrot di fianco, scappatoia casual e comunque di qualità.

L'eterno ritorno del caffè

Non importa dove hai cenato la sera, il giorno dopo si riparte dal caffè. Magari da Phil (*phil.info*): solito Melange, stavolta con falafel, hummus e insalata. Ognuno si fa i fatti suoi, legge, scrive, sfoglia tomi di arte che foderano i muri come boiserie. I lampadari vintage pendono a decine dal soffitto, con la stessa imponenza degli chandelier. Così Christian Schädel ha modernizzato la caffetteria storica. D'altra parte, una buona lettura e un caffè non passeranno mai di moda. ■

INFORMAZIONI PRATICHE

Come arrivare: in aereo da Milano Malpensa e da Roma a Vienna con Austrian (*austrian.com*) da 109 euro. Da Roma a Vienna con Eurowings (*eurowings.com*) da 62 euro. In treno da Venezia a Vienna con ÖBB Ferrovie Austriache (*obb-italia.com*) da 29 euro.
Dove dormire: l'hotel Altstadt (*altstadt.at*) ha stanze tutte diverse. Ottimo per posizione anche il 25hours Hotel (*25hours-hotels.com*), di fianco al MuseumsQuartier. Design eclettico.
Come muoversi: molto utile è la Vienna City Card per 24, 48 e 72 ore, con accesso gratuito a tutti i mezzi pubblici e sconti a monumenti e musei (*wien.info*).
L'evento: con una serie di mostre Vienna rende omaggio al Modernismo nel centenario della morte dei suoi protagonisti (*wienermoderne2018.info/it/*).
Per organizzare il viaggio: *wien.info*

Acquista 1 bottiglia di Limoncetta di Sorrento

VINCI 1 CARTA REGALO AL GIORNO
e 1 shopping experience a Milano.

- Prodotto con infuso di scorze di "Limone di Sorrento I.G.P."
- Senza l'aggiunta di aromi, coloranti o conservanti
- Realizzato seguendo la ricetta tradizionale per infusione

Concorso a premi valido dal 04/06/2018 al 01/09/2018. Estrazione finale e riserve entro il 14/09/2018. Totale montepremi 12.500,00 euro iva esclusa ove prevista e scorporabile. Regolamento completo disponibile su www.sottoilsoledilimoncetta.it. Bevi Limoncetta responsabilmente.

LA CUCINA ITALIANA

LA SCUOLA

L'OGGETTO MISTERIOSO

BACCELLI SOTTOZERO

Volete un drink sempre alla giusta temperatura e, possibilmente, non troppo diluito? La soluzione la fornisce **Suck UK** con il suo stampo in silicone *Frozen Peas*. Riempitelo di acqua dalla fessura centrale, mettetelo in freezer e otterrete tre sfere giganti di ghiaccio che si sciolgono più lentamente dei classici cubetti. 16 dollari. *suck.uk.com*

SCORTA DI VITAMINE

La borraccia *Citrus Zinger* di **Zing Anything** è ideale per chi è sempre in movimento. Mettete mezzo limone (o un altro frutto) nel tappo con lo spremiagrumi, chiudete, riempite di acqua, agitate: bibita pronta! 20 euro. *zinganything.com*

SOLIDO DI ROTAZIONE

Se avete un debole per la precisione geometrica, il vostro porzionatore da gelato è *Scoop and Stack Ice Cream* di **Cuisipro**. Invece delle solite palline servirete dei cilindri perfetti. 20 dollari. *browneco.com*

LA SOTTILE LINEA...

Di acciaio inox, *Ice Stick* di **Schönhuber** è un cilindro da inserire nelle bottiglie per conservare i liquidi freschi. Si ricarica con i ghiacciolini da preparare nello stampo in silicone in dotazione. 12,30 euro. *schoenhuber.com*

A CURA DI **ANGELA ODONE**

A LEZIONE DAI NOSTRI CUOCHI

GIOVEDÌ, GNOCCHI!

Vi vengono sempre un po' gommosi, troppo cedevoli o farinosi? In tre ore imparerete tutto quello che serve per averli teneri al punto giusto. E ben conditi

SCHEDA TECNICA

CHE COSA SI IMPARA A FARE
I classici gnocchi, dalla scelta delle patate giuste alle proporzioni degli ingredienti, ai diversi formati fino ai condimenti. E poi, tipologie alternative: gnudi, pisarei, di semolino alla romana e con impasti particolari.

DOVE E QUANDO
Nelle cucine della nostra scuola, a Milano, in via San Nicolao 7, in una sola lezione di tre ore: 9 luglio, ore 15-18; 18 luglio, ore 19-22; 24 luglio, ore 9.30-12.30.

QUANTO COSTA E COME ISCRIVERSI
La lezione di tre ore, 90 euro. Lezioni e corsi si possono acquistare sul sito della Scuola o telefonando in segreteria: a destra, in basso, i nostri contatti.

L'INSEGNANTE
Daniela Antoniotti, 30 anni, è nata vicino a Vercelli e, prima di approdare a La Scuola de La Cucina Italiana, ha studiato all'Alma e ha lavorato presso ristoranti stellati in Italia e a Barcellona. Adora mettere le mani in pasta e ama soprattutto i piatti conviviali.

IN PROGRAMMA A LUGLIO

MENU VELOCE
Giorni 2, 12 e 23
Idee vincenti per risolvere, in un'unica lezione, un invito a cena: ricette rapide ma di grande effetto, tra cui gamberi marinati con aria di mandorla e verdure croccanti e ananas caramellato con chantilly alla robiola e vaniglia.

PIZZE, FOCACCE E TORTE SALATE
Partenza giorni 7, 9 e 11
Un corso articolato in tre lezioni (una alla settimana) per imparare alcuni grandi classici come la focaccia di Recco, la pizza Margherita al trancio, l'erbazzone e la torta pasqualina. Prima lezione focacce, seconda pizze, terza torte salate.

STREET FOOD
Giorni 10, 18, 23 e 28
Ricette della tradizione basate su pochi ingredienti tipici: per il massimo del risultato, quindi, attenzione alla qualità e ad alcuni piccoli gesti di lavorazione. In una lezione, olive ascolane, panzerotto, piadina, tigelle e arancini.

INFO E CONTATTI
LA SCUOLA DE LA CUCINA ITALIANA
è in p.le Cadorna 5, ingresso via San Nicolao 7, 20123 Milano
scuola@lacucinaitaliana.it
tel. 02 49748004
scuola.lacucinaitaliana.it
Seguici su:

FOTOGRAFIE ARCH. LA CUCINA ITALIANA, G. BRETZEL

FATTO IN CASA

FRUTTA DA BRIVIDO

Ghiaccioli super facili, dissetanti e sani. Da preparare con kiwi, fragole, melone… tagliati a fettine o a dadini. Anche per i bambini più piccoli

STECCHI GHIACCIATI

Impegno Facile
Tempo 25 minuti
più 4 ore di raffreddamento
Vegetariana senza glutine

Ingredienti per 6 pezzi

120 g zucchero – 60 g succo di limone
4-6 fragole – 1-2 kiwi

Portate a bollore 120 g di acqua con lo zucchero e il succo di limone filtrato. Togliete dal fuoco e fate raffreddare del tutto. Mondate le fragole e il kiwi e tagliate entrambi a fettine. Posizionate le fettine di kiwi e di fragole negli stampini da ghiacciolo così da ricoprirne le pareti. Potete scegliere a piacere altra frutta: acini di ribes, mirtilli, dadini di melone… Colate a filo lo sciroppo fino a colmare tutti gli stampini. Inserite lo stecco in dotazione oppure quello di legno e mettete in freezer per almeno 4 ore.

RICETTA **J. NÉDERLANTS**, TESTI **A. ODONE**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

L'ABC

LA BISTECCA

Semplicissima, quotidiana. Sì, ma con le giuste attenzioni gusterete un piatto perfetto. Ecco come si sceglie, si prepara e si cuoce la classica fetta di manzo

1-2. Salate la bistecca su entrambi i lati, ungetela con un filo di olio e massaggiatela per distribuire il condimento in modo uniforme. **3-4.** Ungete la bistecchiera con un pezzo di carta da cucina intriso di olio, scaldatela bene, a fuoco vivo, e adagiatevi la bistecca. Potete cuocere più bistecche insieme, ma fate attenzione a non sovrapporle.

5. Per una cottura al sangue calcolate 3 minuti da un lato e 2 dall'altro a fuoco medio (cottura media: 4 minuti più 3; ben cotta: 4 minuti più 4). Girate la bistecca con una pinza, per non bucarla. **6.** Se si arriccia, tagliate il bordo di grasso con le forbici. **7-8.** Trasferite la bistecca su una griglia e fatela riposare per 5-6 minuti. Servitela a fettine.

IL TAGLIO MIGLIORE

Noi abbiamo scelto il controfiletto di manzo, detto anche lombata o costata senza osso; è leggermente meno tenero del filetto, ma più saporito. Per la cottura alla griglia chiedete al vostro macellaio di tagliarvi una fetta alta un paio di dita: peserà circa 500 grammi ed è ideale per 2 persone. Mettete la bistecca sulla griglia a temperatura ambiente, mai fredda di frigorifero.

RICETTA **C. GASPARRI**, TESTI **V. VERCELLI**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

PRINCIPIANTI IN LIBERTÀ

PASTA DI MARE

Pesce fresco, pomodorini, peperoni: quasi un piatto unico, immaginato per un pranzo veloce in terrazza, dopo la spiaggia

Pesce bianco a cubetti (noi abbiamo scelto la rana pescatrice), 200 g.

+

Pasta lunga: spaghetti, bavette, linguine. Anche senza glutine, come le bavette mais-riso di **Felicia Bio**, 250 g.

1 vasetto di pomodori datterini gialli lessati, con il loro succo **Così Com'è**, 350 g.

peperoni rossi 150 g.

LA RICETTA →

Impegno Facilissimo
Tempo 20 minuti

PER 4 PERSONE

1 CUOCERE
Portate a bollore una pentola di acqua, salatela e cuocetevi le bavette. Intanto, tagliate a pezzetti i peperoni e fateli rosolare in una padella con un velo di **olio** e uno spicchio di **aglio** per 2 minuti.

2 SCOLARE
Aggiungete ai peperoni i datterini con il loro succo, schiacciateli con una forchetta e cuocete per altri 2 minuti. Scolate la pasta 2 minuti prima del termine della cottura e versatela nella padella.

3 COMPLETARE
Aggiungete anche i cubetti di pesce e mescolate tutto con il sugo, continuando a cuocere per altri 2 minuti. Servite la pasta profumando con qualche fogliolina di **timo** fresco.

RICETTA **J. NÉDERLANTS**, TESTI **L. FORTI**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

Indirizzi

I NOSTRI PARTNER

Ringraziamo le aziende che hanno collaborato alla realizzazione dei nostri servizi. Per maggiori informazioni sui prodotti utilizzati nelle fotografie: lacucinaitaliana.it

Aia
aiafood.com/it
Amaro Ramazzotti
ramazzotti1815.com
Auchan
auchan.it
Berlucchi
berlucchi.it
Birra Moretti
birramoretti.it
Borbonese
borbonese.com
Brimi
brimi.it/it
C&C Milano
cec-milano.com
Cà Maiol
camaiol.it
Coca-Cola
coca-colaitalia.it
Conti Zecca
contizecca.it
Così Com'è
cosicome.eu
Cuisipro
browneco.com
De'Longhi
delonghi.com
Decora
decora.it
Deliziosa
prodottideliziosa.it
Disney
divertiamoci
incucina.com
Edison edison.it
Ente per il Turismo di Vienna
wien.info/it
Felicia Bio
glutenfreefelicia.com
Ferrari
ferraritrento.it
Fujifilm
fujifilm.eu/it
Girolomoni
girolomoni.it
H&M Home
hm.com
Hay Design
hay.dk
Il Cordaio
ilcordaio.it
Kalè Studio Design
kalestudiodesign.com
Kenwood
kenwoodworld.com
KitchenAid
kitchenaid.it
Libeco
libeco.com
Life Italia
lifeitalia.com
Magnum
magnumicecream.com
Maisons du Monde
maisonsdumonde.com
Mila mila.it
Molino Rossetto
molinorossetto.com
Nescafé
nescafe.it
Nestlé
nestle.it
Pam Panorama
pampanorama.it
Panboo
panboo.it
Parmalat
parmalat.it
Philips
philips.it/cucina
Riso Scotti
risoscotti.it
Rizzoli Emanuelli
rizzoliemanuelli.com/it
S. Pellegrino
sanpellegrino.com
San Daniele Dop
ariadisandaniele.it
Sant'Anna
santanna.it
Santa Margherita
santamargherita.com
Schönhuber
schoenhuber.com
Smeg smeg.it
Studio Arhoj
arhoj.com
Suck UK
suck.uk.com
Tescoma
tescomaonline.com
Tessilarte
tessilarte.it
Torre dei Beati
torredeibeati.it
Torre Rosazza
torrerosazza.com
Ubena
ubena.it
Val delle Rose
valdellerose.it
Valbona
valbona.com/it
Vespa
vespa.com/it
Zacapa Royal
zacaparum.com
Zara Home
zarahome.com/it
Zing Anything
zinganything.com

Errata corrige. Nel servizio Abbronzatissimi, pubblicato sul numero di giugno a pag. 36, si indica erroneamente che la crema solare Maria Galland è in vendita da Sephora. La crema Maria Galland è disponibile invece negli istituti di bellezza autorizzati. Ci scusiamo con i lettori e con le aziende.

Servizio Abbonamenti Per informazioni, reclami o per qualsiasi necessità, si prega di **telefonare al n.199.133.199***, oppure inviare un **fax al n.199.144.199**. Indirizzo e-mail: **abbonati@condenast.it**.
* il costo della chiamata per i telefoni fissi da tutta Italia è di 11,88 centesimi di euro al minuto + IVA e senza scatto alla risposta. Per le chiamate da cellulare i costi sono legati all'operatore utilizzato.

Subscription Rates Abroad For subscriptions orders from foreign countries, please visit **www.abbonatiqui.it/abroad**. Subscriptions can be paid by Credit Card (VISA, Mastercard, American Express, Diners), Bank Transfer and Paypal. For further information please contact our Subscription Service: phone +39 02 92961010 - fax +39 02 86882869. Prices are in Euro and are referred to 1- year subscription.

MAGAZINE	ISSUES PER YEAR	EUROPE AND MEDIT. COUNTRIES (ORDINARY MAIL)	AFRICA/AMERICA ASIA/AUSTRALIA (AIR MAIL)
AD	11	€ 80,00	€ 135,00
GQ	10	€ 52,00	€ 82,00
TRAVELLER	4	€ 25,00	€ 35,00
GLAMOUR	11	€ 58,00	€ 74,00
VOGUE ITALIA	12	€ 87,00	€ 157,00
VANITY FAIR	49	€ 175,00	€ 241,00
LA CUCINA ITALIANA	12	€ 88,00	€ 130,00

International distribution: A.I.E. – Agenzia Italiana di Esportazione Srl – Via Manzoni, 12 – 20089 ROZZANO (MI) Italy – Tel. +39 02 5753911 – Fax. +39 02 57512606 – e-mail: info@aie-mag.com

Condé Nast International

Chairman and Chief Executive: Jonathan Newhouse
President: Wolfgang Blau

The Condé Nast International Group of Brands includes:

UK
Vogue, House & Garden, Brides, Tatler, The World of Interiors, GQ, Vanity Fair, Condé Nast Traveller, Glamour, Condé Nast Johansens, GQ Style, Love, Wired, Condé Nast College of Fashion & Design, Ars Technica

France
Vogue, Vogue Hommes, AD, Glamour, Vogue Collections, GQ, AD Collector, Vanity Fair, GQ Le Manuel du Style, Glamour Style

Italy
Vogue, Glamour, AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vanity Fair, Wired, La Cucina Italiana

Germany
Vogue, GQ, AD, Glamour, GQ Style, Wired

Spain
Vogue, GQ, Vogue Novias, Vogue Niños, Condé Nast Traveler, Vogue Colecciones, Vogue Belleza, Glamour, AD, Vanity Fair

Japan
Vogue, GQ, Vogue Girl, Wired, Vogue Wedding

Taiwan
Vogue, GQ, Interculture

Mexico and Latin America
Vogue Mexico and Latin America, Glamour Mexico, AD Mexico, GQ Mexico and Latin America, Vanity Fair Mexico

India
Vogue, GQ, Condé Nast Traveller, AD

Published under Joint Venture:
Brazil: Vogue, Casa Vogue, GQ, Glamour
Russia: Vogue, GQ, AD, Glamour, GQ Style, Tatler, Glamour Style Book

Published under License or Copyright Cooperation:
Australia: Vogue, Vogue Living, GQ
Bulgaria: Glamour
China: Vogue, AD, Condé Nast Traveler, GQ, GQ Style, Brides, Condé Nast Center of Fashion & Design, Vogue Me
Czech Republic and Slovakia: La Cucina Italiana
Hungary: Glamour
Iceland: Glamour
Korea: Vogue, GQ, Allure, W
Middle East: Vogue, Condé Nast Traveller, AD, Vogue Café at The Dubai Mall
Poland: Glamour
Portugal: Vogue, GQ
Romania: Glamour
Russia: Vogue Café Moscow, Tatler Club Moscow
South Africa: House & Garden, GQ, Glamour, House & Garden Gourmet, GQ Style, Glamour Hair
The Netherlands: Vogue, Glamour, Vogue The Book, Vogue Man, Vogue Living
Thailand: Vogue, GQ, Vogue Lounge Bangkok
Turkey: Vogue, GQ
Ukraine: Vogue, Vogue Café Kiev

Condé Nast USA

President and Chief Executive Officer: Robert A. Sauerberg, Jr.
Artistic Director: Anna Wintour

Vogue, Vanity Fair, Glamour, Brides, Self, GQ, GQ Style, The New Yorker, Condé Nast Traveler, Allure, AD, Bon Appétit, Epicurious, Wired, W, Golf Digest, Golf World, Teen Vogue, Ars Technica, The Scene, Pitchfork, Backchannel

La Cucina Italiana - Direttore Responsabile: Maddalena Fossati Dondero. Registrazione del Tribunale di Milano n. 2380 del 15.6.1951. La Cucina Italiana S.r.l. è iscritta nel Registro degli Operatori di Comunicazione con il numero 23255. Poste Italiane S.P.A. - Spedizione in abbonamento postale - Aut. MBPA/LO-NO/062/A.P./2018 - ART. 1 COMMA 1 - LO/MI. Distribuzione per l'Italia: SO.DI.P. «Angelo Patuzzi» S.p.A. via Bettola 18, 20092 Cinisello Balsamo (Mi), tel. 02.660301, fax 02.66030320. Distribuzione Estero Sole Agent for Distribution Abroad A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione SpA, via Manzoni 12, 20089 Rozzano (Milano), tel. 025753911. fax 02 57512606. www.aie-mag.com. Stampa: Rotolito S.p.a., Stabilimento di Cernusco sul Naviglio - Printed in Italy. Numeri arretrati: Il prezzo di ogni arretrato è di € 12,00 comprensivo di spese di spedizione. Per avere informazioni sulla disponibilità degli arretrati di La Cucina Italiana telefona al 039/5983886, dalle 9.00 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 18.00 dal lunedì al venerdì, oppure invia una e-mail a: arretraticondenast@ieoinf.it

Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali

Accertamenti Diffusione Stampa Certificato n. 8284 del 03-02-2017

L'INDICE DELLO CHEF

Antipasti	TEMPO	PAG.
Astice e melone ★★	45'	65
Bocconcini di patate e mozzarella ★★	30'	67
Chèvre, pere e sbrisolona salata ★★	1 h	62
Cialde con pesche e gorgonzola piccante ★★★ V	5 h (+ 4 h)	66
Cubotti di vitello tonnato ★	15'	102
Insalata di lattuga e avocado con salsa alla curcuma ★ V	20'	76
Melone, feta e frutta secca ★ V V	20'	76
Sformatini di melanzane ★★ ●	1 h (+ 2 h)	64
Spiedini di blini, peperoni e avocado ★★ V	1 h	36
Strudel di zucchine e maionese al curry ★ V ●	50'	35
Tonno, fichi e pop corn ★	20'	63

Primi piatti & Piatti unici		
Cappellacci di magro con alici e melone ★★★ ●	1 h e 45' (+ 4 gg e 6 h)	41
Cuscus al succo di sedano, pomodori e olive ★★ V ●	40'	78
Fusilli «risottati», verdure e ricotta ★ V	15'	102
Mafalde, polpo, cozze e vongole ★★	1 h e 30'	38
Pasta di mare ★	20'	117
Pesto ★ V V ●	20'	95
Risotto e gamberoni con salsa di peperoni ★ V	1 h	40
Spaghetti all'acqua di pomodoro con crema di mozzarella ★ V	40'	37
Spaghetti con pallottine ★★	1 h e 30'	22
Tagliolini di daikon al pesto di pomodori ★★ V V ●	30' (+ 6 h)	78

Pesci		
Carpaccio di spigola con salsa al frutto della passione ★ V	30'	81
Cozze e zucchine ★ V	15'	102
Pacchettini di rombo alle erbe ★★ V	1 h e 20'	44
Salmone al forno con pesto di tarassaco al lemon grass ★ V	35'	43
Scampi alla piastra e albicocche caramellate ★★	30'	43
Tranci di salmone con melanzane agrodolci ★ V	15'	103
Triglie alla nizzarda ★★ V	1 h	45

Verdure		
Fantasia di pomodori con pistacchi pralinati ★ V ●	25'	49
Hamburger di ceci e ketchup artigianale ★★ V V	1 h e 30'	71
Insalata di borlotti con salsa allo yogurt ★ V V	2 h	47
Insalata rinfrescante ★ V V	30'	22
Misto veg marinato con fiordilatte ★ V V	35'	48
Pane indiano, spinaci, crescenza e salsa di albicocche ★★ V	2 h (+ 3 h)	46

Carni e uova		
Arrosticini ★ V	45'	22
Arrosto leggero con caponatina di zucchine ★★	1 h e 10'	28
Carpaccio di manzo ★	30'	53
Cotoletta alta con pane alle erbe ★★	50'	51
Insalata di pollo con maionese di fave ★★	1 h e 30'	53
La bistecca ★★ V	25'	116
Tartare di manzo con senape e pesca ★	20'	81
Uovo fritto con feta e capperi ★ V	25'	51

Dolci & Bevande		
Biscotti della «tresca» ★★ V ●	40'	22
Centrifugato di sedano e ananas ★ V V	10'	76
Dolce di ciliegie in padella ★ V	45'	55
Focaccia alle pesche con croccante ★★ V	35'	88
Focaccia alle pesche con la crema ★★ V V	1 h e 10'	91
Frullato di frutta all'acqua di rose ★ V V	15'	76
Gelo di frutti rossi ★★ V ●	1 h (+ 8 h)	56
«Pan di mandorla» e crema ghiacciata di yogurt ★★★ V ●	1 h e 30'	55
Pizza rossa ai lamponi e frutta mista ★★ V	45' (+ 30')	88
Pizzette con frangipane di pistacchi e mandorle ★★ V	1 h e 15' (+ 1 h e 30')	91
Risolatte al profumo di menta e limone ★ V V	25'	71
Schiacciata con le albicocche ★★ V	40'	88
Stecchi ghiacciati ★ V V ●	25' (+ 4 h)	115
Tavolozza con cupolette ghiacciate ★ V ●	40' (+3 h)	82
Torta gelato alla pesca ★★ V ●	1 h e 30' (+ 2 h)	76

★ Facile ★★ Medio ★★★ Per esperti
V Vegetariana V Senza glutine
● Piatti che si possono realizzare in anticipo, interamente o solo in parte (come suggerito nelle ricette)
(+ 1 h) In rosso, il tempo, non operoso, necessario per lievitazione, marinatura, raffreddamento

Inquadrate il QR code con il vostro smartphone e guardate i video delle ricette.

LE MISURE a portata di mano

Per facilitare e rendere più svelto il lavoro in cucina, invece di usare la bilancia, dosate ingredienti liquidi e in polvere con tazze e cucchiai

BICCHIERINO DA LIQUORE COLMO
EQUIVALE A:
60 g di ACQUA, VINO, BRODO
65 g di LATTE
55 g di OLIO
50 g di ZUCCHERO SEMOLATO

TAZZINA DA CAFFÈ COLMA
EQUIVALE A:
80 g di ACQUA, VINO, BRODO
70 g di OLIO
70 g di ZUCCHERO SEMOLATO
50 g di FARINA
40 g di GRANA GRATTUGIATO

CUCCHIAINO DA TÈ RASO
EQUIVALE A:
4 g di ACQUA, VINO, BRODO
3 g di OLIO
5 g di SALE GROSSO
4 g di SALE FINO
3 g di ZUCCHERO SEMOLATO
2 g di FARINA
2 g di GRANA GRATTUGIATO

BICCHIERE DA ACQUA COLMO
EQUIVALE A:
200 g di ACQUA, VINO, BRODO
220 g di LATTE
170 g di ZUCCHERO SEMOLATO
130 g di FARINA
160 g di RISO

TAZZA DA TÈ COLMA
EQUIVALE A:
240 g di ACQUA, VINO, BRODO
250 g di LATTE
210 g di ZUCCHERO SEMOLATO
160 g di FARINA
200 g di RISO

CUCCHIAIO DA MINESTRA RASO
EQUIVALE A:
12 g di ACQUA, VINO, BRODO, LATTE
10 g di OLIO
16 g di SALE GROSSO
14 g di SALE FINO
10 g di ZUCCHERO SEMOLATO
8 g di FARINA
6 g di GRANA GRATTUGIATO

MESTOLO RASO
EQUIVALE A:
120 g di ACQUA, VINO, BRODO
125 g di LATTE

PIZZICO
EQUIVALE A:
5 g di SALE GROSSO
4 g di SALE FINO
3 g di ZUCCHERO SEMOLATO

PUGNETTO
EQUIVALE A:
30 g di RISO
32 g di ZUCCHERO SEMOLATO
24 g di FARINA

menu

Cinque proposte da copiare con le nostre ricette di luglio

PRANZO DI MARE

Conchiglie e pesci di scoglio come in vacanza

Mafalde, polpo, cozze e vongole
pag. 38
Triglie alla nizzarda
pag. 45
Gelo di frutti rossi
pag. 56

Spiedini di blini, peperoni e avocado
pag. 36
Cuscus al succo di sedano
pag. 78
Carpaccio di manzo
pag. 53

BUFFET FREDDO

Per una sera di festa sotto le stelle

TUTTO VEG

Amatriciana e «svizzera»? Sì, ma senza carne

Tagliolini di daikon
pag. 78
Hamburger di ceci
pag. 71
Tavolozza con cupolette ghiacciate
pag. 82

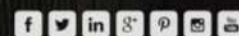
Melone, feta e frutta secca
pag. 76
Strudel di zucchine
pag. 35
Insalata di pollo
pag. 53

PICNIC SOTTO L'OMBRELLONE

Ricette facili e ideali per la borsa-frigo

INVITO D'ESTATE

Ospiti buongustai in arrivo

Cappellacci di magro con alici e melone
pag. 41
Pacchettini di rombo
pag. 44
Torta gelato alla pesca
pag. 76

Touché
Il resto è solo condimento.
Mangiare bene non è solo un modo di vivere meglio, ma una riscoperta di sapori unici, come quelli di una volta. Le nostre Farine Macinate a Pietra Biologiche sono proprio così: una linea di prodotti buoni e genuini, provenienti da agricoltura biologica, lavorati lentamente, per conservare tutte le proprietà nutrizionali dei cereali e garantirti un gusto migliore con una maggiore digeribilità. Molino Rossetto è la parte più importante della tua ricetta.
Molino Rossetto®
MUGNAI SECONDO NATURA, DAL 1760
Molino Rossetto sostiene
OXFAM
Italia
Cerca nel tuo supermercato di fiducia o acquista direttamente su – www.molinorossetto.com